

DIVULGAÇÃO

Jejum de 100 horas ganha adeptos, mas é arriscado? >6



CLÓVIS RANGEL/AT

Região no Estado mantém vivo o dialeto vêneto >10



FÁBIO NUNES/AT

Por dentro da moda com compras de brechó >8 e 9



a TRIBUNA

R$ 6,00



Assinatura
Aponte o seu leitor de QR code ou ligue 3323-6333

VITÓRIA-ES | DOMINGO, 09 DE MARÇO DE 2025 | ANO LXXXV | Nº 28.846 | FUNDADO EM 22/09/1938 | EDIÇÃO DE 40 PÁGINAS

Solidão já afeta várias gerações e vira um dos "males do século"

Mais de 50% dos brasileiros afirmaram se sentir sozinhos, diz pesquisa. Especialistas afirmam que isolamento reduz tempo de vida, e uso da tecnologia contribui para desconexão social >2 e 3



SOCIAL
Ano após ano, as mulheres têm se destacado no mercado de trabalho formal capixaba >AT2



MUNDO DIGITAL
Seu assistente virtual pode estar ouvindo mais do que devia, e isso é um problema >16



PEDRO VALLS FEU ROSA
Você contribui para a impunidade de criminosos, seja por ação ou omissão? >15



OPINIÃO INTERNACIONAL
Zelensky deve estar arrependido de ter esnobado um conselho do Papa >27

DIVULGAÇÃO

"BELEZA FATAL" ESTREIA AMANHÃ

Traições, paixões e reviravoltas
>AT2

CAMILA PITANGA, GIOVANNA ANTONELLI E CAMILA QUEIROZ vão protagonizar novela na tela da TV Tribuna/Band, de segunda a sexta, às 20h30

Mais mulheres em profissões perigosas

Presença em cargos de chefia em alta >18 e 19

Aumento de demissões por justa causa após falar mal da empresa na internet >20 e 21

RAFAEL SACHARNY/AGENCIA ENQUADRAR



BH brilhou na vitória de 2 a 1 sobre o Vasco

Mengão aguarda rival para a decisão >32










Eufrázio

Reportagem Especial

COMPORTAMENTO

Solidão afeta gerações e vira um dos "males do século"

Mais de 50% dos brasileiros afirmaram se sentir solitários, diz pesquisa. Uso da tecnologia contribui para desconexão social

Camila Lima

No Espírito Santo, 294.568 pessoas moram sozinhas, revelam dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Mas morar sozinho não quer dizer, necessariamente, viver de modo solitário.

O problema, segundo especialistas, é que a solidão tem afetado diferente gerações – seja quem mora só ou não – e tem se tornado um dos "males do século".

Mais de 50% dos brasileiros afirmaram se sentir solitários, segundo pesquisa Ipsos, de 2021. Na época, periodo de pandemia, o Brasil ocupou o topo do ranking. Os efeitos estão até hoje "respingando" na população.

O aumento da conexão com a tecnologia é um dos fatores para a desconexão social. "No jovem, esse sentimento (de solidão) pode estar ligado ao processo de descoberta da identidade e ao medo do não pertencimento, além do maior tempo de tela e redes sociais, em detrimento das relações interpessoais de forma presencial", analisa o psiquiatra Paulo Antonio de Lima.

"Existem estudos e pesquisas que sugerem que a solidão é maior nos jovens, diminuindo na vida adulta e novamente aumentando nos idosos", destaca.

Enquanto as taxas de isolamento social são mais elevadas entre os idosos, de acordo com a psiquiatra e professora do Unesc Karen de Vasconcelos, os adultos jovens reportam quase o dobro de sensação de solidão.

"Além disso, esse fenômeno tem se intensificado entre os jovens ao longo dos últimos 40 anos. Também é possivel notar que adultos de baixa renda têm maior propensão a vivenciar solidão quando comparados aos de renda mais alta", aponta.

Na meia-idade, a solidão pode causar crises existenciais e também aumentar o risco de depressão, alerta o psiquiatra João Guilherme Marchiosi, do Hospital Santa Rita. "Nos idosos, o risco de depressão também existe, mas outras causas costumam estar presentes. A solidão é uma delas, mas tende a ser um pouco mais bem tolerada que nas outras fases da vida".

IMAGEM CRIADA POR IA



PESSOA sozinha: na meia-idade, a solidão pode causar crises existenciais e também aumentar o risco de depressão, dizem especialistas

MOTIVOS DE SOLIDÃO EM DIFERENTES FASES DA VIDA



JOVENS

PRESSÃO SOCIAL

Jovens frequentemente se sentem pressionados a se encaixar em padrões sociais, como manter um grande número de amigos. Esse pensamento pode estar ligado ao processo de descoberta da identidade, o que pode levar a sentimentos de inadequação e isolamento.

REDES SOCIAIS

O uso excessivo de redes sociais pode criar uma falsa sensação de conexão, em detrimento das relações interpessoais de forma presencial.

MUDANÇAS DE VIDA

Transições como a escolha da faculdade, o início da vida profissional ou o término de relacionamentos podem desencadear sentimentos de solidão.

IDOSOS

ISOLAMENTO SOCIAL

Idosos frequentemente enfrentam isolamento social devido à perda de entes queridos, à aposentadoria e à diminuição da mobilidade.

PROBLEMAS DE SAÚDE

Doenças crônicas, deficiências e outros problemas de saúde podem dificultar a interação social e levar a sentimentos de solidão.

FALTA DE PROPÓSITO

A aposentadoria pode levar a sentimentos de falta de propósito, ocasionando a solidão. Além disso, o avanço da tecnologia pode criar barreiras na comunicação com as novas gerações, dificultando a conexão com filhos e netos.

ADULTOS

RESPONSABILIDADES

Adultos de meia-idade frequentemente se sentem sobrecarregados com responsabilidades familiares e profissionais. O foco no trabalho, na criação dos filhos e em compromissos financeiros pode fazer com que amizades e relações sociais fiquem em segundo plano.

MUDANÇAS DE VIDA

Divórcios, perda de emprego e outras mudanças de vida podem desencadear sentimentos de solidão.

SÍNDROME DO NINHO VAZIO

A saída dos filhos de casa pode levar a sentimentos de solidão e falta de propósito.

Fonte: Especialistas consultados e pesquisa AT.

Estar sozinho nem sempre é um problema, diz psicólogo

Gostar de estar sozinho e "curtir" a própria companhia não é um problema, de acordo com especialistas de saúde mental.

O psicólogo Alexandre Vieira Brito explica que a solitude, bem estabelecida enquanto sendo um momento que a pessoa tira para ela mesma, não é um problema.

"As pessoas fazem muito julgamento de valor. Por exemplo, se uma pessoa está sozinha, seja no restaurante comendo seu prato favorito ou no cinema assistindo a um filme que gosta, muitas vezes, essas atitudes são malvistas. A sociedade, em geral, clama para que a gente tenha alguém, o que é muito ruim, pois isso pode te levar a uma dependência emocional", esclarece o professor do Unesc.

Segundo Alexandre, cada indivíduo vai enfrentar a solidão de um modo diferente. "Mas é necessário entender que nem sempre a solidão precisa ser negada ou completamente eliminada, porque isso é impossivel, pois faz parte da existência humana".

Alguns podem, inclusive, fazer as pazes com a solidão. "Isso acontece, por exemplo, com a "geração do quarto" – fase em que adolescentes acabam se isolando em sua solidão –, mas não significa que eles estejam completamente sozinhos. Às vezes, eles fazem amigos em jogos on-line ou têm outras estratégias para lidar com a solidão".

Diretora de uma marca de produtos de beleza, Ana Toniato, de 35 anos, sabe curtir os momentos consigo mesma. Ela, que mora sozinha, para não sentir solidão mantém contato frequente com amigos e família, seja por mensagens, chamadas ou encontros. "Também gosto de aproveitar meu tempo com atividades que me fazem bem, como assistir a algo que gosto, caminhar, ler ou sair para um café. Nunca me senti só. Acho que a solidão vem quando damos lugar".

A solidão se torna preocupante quando a pessoa se isola por falta de prazer da companhia do outro, diz o psicólogo. "Quando a pessoa se isola porque não consegue mais produzir conexões, mesmo querendo, ou quando diminui a vontade de estar com alguém. Essa perda de prazer pode ser um sinal de um adoecimento", alerta.

ACERVO PESSOAL



ANA TONIATO: "Nunca me senti só"

COMPORTAMENTO

Isolamento reduz tempo de vida

"Solidão é muito mais do que apenas uma sensação ruim, apresentando risco para a saúde e longevidade".

Essa é a afirmação da psiquiatra Karen de Vasconcelos, que explica ainda que a solidão está associada a um aumento do risco de doenças cardiovasculares (como infarto e hipertensão), demência, ansiedade, depressão, redução da expectativa de vida e da imunidade e aumento de doenças infecciosas.

"O impacto da solidão é tão grande que é capaz de reduzir o tempo de vida da mesma maneira que fumar 15 cigarros por dia e tem um impacto ainda maior que a obesidade e sedentarismo na redução de anos vividos".

Essa desconexão social traz também, segundo a especialista, impacto para a sociedade, diminuindo a performance, a produtividade e engajamento, claramente visíveis nas escolas e nos ambientes de trabalho.

O isolamento social e a solidão estão, de acordo com a psiquiatra, fortemente associados ao aceleramento do declínio cognitivo e ao aumento de 50% no risco de demência, incluindo o Alzheimer, entre os idosos.

"É importante destacar que o isolamento social é, provavelmente, o maior fator de risco para pensamentos suicidas, tentativas de suicídio e comportamentos suicidas, além de outros elementos como a idade e a gravidade do quadro de saúde mental", alerta Karen.

Pela correlação da solidão com aumento ou aparecimento de problemas emocionais, inclusive com depressão e pensamentos suicidas, a solidão pode levar à morte, frisa o psiquiatra Paulo Antonio de Lima.

E a fobia social é um dos motivos que leva o paciente a perder parte de suas habilidades sociais em razão da solidão, afirma o psiquiatra João Guilherme Marchiosi.

"A pessoa passa a se sentir insegura de voltar a interagir, o que faz com que se isole ainda mais dos outros. Esse isolamento vai piorando as habilidades sociais e assim vai se criando uma bola de neve, que cada vez mais agrava o problema", explica.

"É preciso que a pessoa busque a ajuda do psiquiatra e do psicólogo em fases mais precoces do sofrimento, para que os melhores resultados possam ser alcançados".

OPINIÕES

ACERVO PESSOAL



"O isolamento social e a solidão são fatores significativos para o aumento do risco de morte precoce"

Karen de Vasconcelos, psiquiatra

ACERVO PESSOAL



"No mundo cada vez mais digital, a solidão pode ser considerada um dos 'males do século'"

Paulo Antonio de Lima, psiquiatra

FÁBIO NUNES/AT



MARLY COPPI e Ilma Mariano participam de atividades do Centro de Convivência para Pessoa Idosa

Grupos para fortalecer vínculos

A interação social é a principal medida recomendada pelos especialistas para combater a solidão. E uma das formas de estabelecer vínculos é por meio dos grupos, seja em igrejas, vizinhanças ou de convivência.

Além disso, para os jovens e adultos, a recomendação é menor tempo de tela e mais contato presencial, expandindo suas relações, por exemplo, para fora do trabalho, orienta o psiquiatra Paulo Antonio de Lima.

"Já os idosos podem buscar grupos de voluntariado, atividades filantrópicas ou eventos sociais para aumentar suas conexões interpessoais. Mas é importante que todas as faixas etárias busquem ajuda com profissionais de saúde mental".

São os idosos que fazem parte do grupo com mais pessoas morando sozinhas no Estado, 119.600, segundo IBGE. É nessa faixa etária que o efeito da solidão pode ser ainda mais desafiador.

A aposentada Ilma Mariano da Silva, 70 anos, apesar de morar com uma neta, sentiu na pele os efeitos da solidão, causada pela morte dos pais e a aposentadoria. Em 2020 ela perdeu o pai para a covid, e em 2021, a mãe morreu de câncer.

A soma dos eventos a levou a um quadro de depressão e isolamento. Mas em 2022 ela descobriu o Centro de Convivência para Pessoa Idosa (CCPI), em Jardim América, Cariacica, onde encontrou novos amigos.

FÁBIO NUNES/AT



DANYELLE LIRIO: oportunidade

"Tenho suporte da assistente social e da psicóloga, além de fazer atividades de artesanato e terapia ocupacional. Estar lá me fortalece e me dá ânimo de sair de casa. Temos boas trocas de experiências".

Assim como Ilma, a aposentada Marly Marques Coppi, 67, também encontrou no CCPI ajuda para lidar com a depressão. "Em 2024 fiquei internada, estava com medo de sair sozinha, mas o Centro me ajudou muito. Este ano até participei do Carnaval da instituição".

A secretária de Assistência Social de Cariacica, Danyelle Lirio, afirma que, nesses serviços, muitos idosos chegam em busca de fazer "algo a mais".

"A partir daí, analisamos o perfil e vemos, muitas vezes, que esse desejo de sair da ociosidade é uma história de solidão e perda, e ali eles têm a oportunidade de se reerguer".

FÁBIO NUNES/AT



Crochê e passeios

A dona de casa Maria Helena Martinelli, 73, tem algumas estratégias para combater a solidão. Uma delas é a atividade em grupo que ela pratica próximo à sua casa, em Vitória. Ela também não abre mão, sempre que pode, de sair com a filha e neta para locais como o boliche, além de contar com a companhia do marido.

Outra atividade que Maria Helena gosta de participar é de grupos de idosos, onde ela aperfeiçoou sua prática do crochê. "Fiz durante muitos anos, mas, como passei a tomar conta do meu bisneto, parei. Porém, pretendo voltar", conta.

SAIBA MAIS

Centros de convivência

Vitória

> **CENTROS** de Convivência da Pessoa Idosa em Jardim Camburi, Jardim da Penha, Maria Ortiz e no Centro.

Serra

> **CENTROS** de Convivência da Pessoa Idosa localizado nos bairros Barcelona, Eldorado, Hélio Ferraz, Porto Canoa e Nova Almeida.

> **CENTRO** de Convivência Intergeracional localizado em Serra-Sede, Novo Horizonte e Feu Rosa.

Cariacica

> **CENTROS** de Convivência da Pessoa Idosa em Jardim América e Campo Grande.

Vila Velha

> **ENTRE** as iniciativas estão o Grupo de Acolhimento voltado ao público infantojuvenil, na Barra do Jucu; o Grupo de Adolescentes em Jardim Marilândia, o Grupo ComViver, que tem como público-alvo idosas e mulheres sem rede de apoio, e o Felizidade, em Divino Espírito Santo.

Fonte: Prefeituras consultadas.

Eufrázio

FALE COM A EDITORA MÁRCIA BRANKI
E-MAILS: cidades@redetribuna.com.br / policia@redetribuna.com.br

cuide-se bem

Doença faz corpo produzir hormônios em excesso

Hipertireoidismo afeta órgãos como coração e cérebro, podendo provocar taquicardia, ansiedade e até intolerância a estímulos

Carla Nigro

Você conhece o hipertireoidismo? Trata-se de uma doença que faz o corpo produzir hormônios em excesso, provocando sintomas variados como palpitações, diarreia e perda de peso, entre outros. **A Tribuna** consultou especialistas para explicar essa condição.

O endocrinologista Mario Zen destaca que, para compreender o hipertireoidismo, é fundamental entender a função da tireoide.

"Ela controla vários órgãos – o coração, o cérebro, entre outros. Simplificando, é como a bateria de um carro", afirma.

Segundo Zen, o problema surge quando a glândula produz hormônios em excesso, afetando diversos sistemas.

"Se o coração é impactado, o paciente pode desenvolver taquicardia; o sistema nervoso pode reagir com ansiedade, agitação e intolerância a estímulos", explica.

Outros sintomas comuns são intolerância ao calor, aumento do apetite e emagrecimento. Menos frequentes, mas também significativos, são fraqueza, dificuldade para respirar e queda de cabelo.

O médico ressalta que os sintomas clínicos são o primeiro indicativo da doença e que a realização de exames é essencial para identificar suas causas.

"Pacientes com histórico familiar ou que passaram por procedimentos na tireoide, como radioterapia cervical, devem se manter atentos e fazer avaliações periódicas", aconselha.

A endocrinologista Priscila Pessanha complementa que o tratamento do hipertireoidismo depende da sua causa e precisa ser individualizado.

"Existem casos decorrentes de doenças autoimunes, nódulos hiperfuncionantes, alterações hormonais transitórias durante a gestação, alterações pós-virais e inflamatórias e até pelo uso inadequado de fórmulas emagrecedoras contendo hormônios da tireoide", esclarece.

Ela também destaca que a doença afeta mais mulheres do que homens, embora a razão exata ainda seja incerta.

"Pode haver uma influência hormonal, mas também é fato que as mulheres procuram atendimento médico com mais frequência", conclui.

Segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, cerca de 10% das mulheres acima de 40 anos e em torno de 20% das que têm acima de 60 anos manifestam algum problema na tireoide.

É importante estar atento, pois todas as pessoas, independente de sexo e idade, estão sujeitas a alterações.

HIPERTIREOIDISMO AVANÇADO


FÁBIO NUNES/AT

"Perdi 19 quilos e 80% do cabelo"

A cabeleireira e manicure Aline Sandrei Lourenço, de 36 anos, começou a sentir os sintomas em janeiro de 2024. Na época, não prestou atenção. "Pensei que era menopausa, ansiedade ou exaustão, por que tive uma mudança de rotina. Mas em agosto e setembro, os sintomas pioraram. Comecei a ter diarreia crônica e perder peso".

Mas, ocupada, ainda esperou até janeiro para ir ao médico. No final do mês, recebeu o diagnóstico: hipertireoidismo avançado. Ela conta que já perdeu 19 quilos e 80% do cabelo. Mas o que mais a incomoda é não conseguir fazer nada sozinha.

"Por causa da doença, não consigo trabalhar, nem fazer nada sozinha. É como se meu tempo fosse roubado. Aconselho todos a procurarem o médico". Por enquanto, o tratamento não está funcionando e Aline aguarda novos exames.

SAIBA MAIS

O que é

- **O HIPERTIREODISMO** é uma alteração da glândula tireoide onde os hormônios T3 e T4 são produzidos em maior quantidade, ou são mais liberados na circulação.

Sintomas

- **TAQUICARDIA**, falta de ar e batimento acelerado são alguns dos sintomas. A pessoa também pode ficar ansiosa, agitada ou "estourar" por qualquer motivo.
- **VONTADE EXCESSIVA** de comer.
- **EMAGRECIMENTO** repentino. Especialistas explicam que é possível perder até 10 quilos em um mês.
- **ALGUNS OUTROS SÃO**: queda de cabelo e sensibilidade à luz.

Causas

- **A CAUSA MAIS** comum do hipertireoidismo é uma doença autoimune (o próprio corpo produz proteínas que "atacam" o órgão) chamada Doença de Graves.
- **OUTRA DOENÇA** da tireoide chamada bócio multinodular também pode produzir hormônios em excesso.
- **OUTRAS CAUSAS** podem ser a origem como alterações hormonais causadas pela gestação e remédios para emagrecer.

Atenção

- **ESPECIALISTAS** explicam que alguns pacientes precisam prestar atenção e fazer consultas periódicas, como indivíduos que tiveram algum procedimento na tireoide e com histórico na família.
- **PACIENTES** que fizeram radioterapia cervical ou que estão tratando HIV com medicamentos para combater o vírus.
- **O CARBONATO DE LÍTIO**, usado para tratamento de transtorno bipolar, também pode causar o hipertireoidismo.
- **FUMANTES** têm duas vezes mais chances de desenvolver.

Tem tratamento?

- **DEPENDE DE ALGUNS FATORES**. Existem três formas principais de tratar o hipertireoidismo. O primeiro é pela via medicamentosa.
- **EM METADE** dos casos, após o tratamento com remédios, a doença pode entrar em remissão. Na outra metade, o remédio pode não funcionar ou então a doença voltar.
- **DESTRUIR A TIREOIDE** com iodo radioativo, fazendo a glândula morrer, também é uma possibilidade de tratamento.
- **A OUTRA** é fazer uma cirurgia para retirar a tireóide.

Fonte: Especialistas consultados.

Médicos de excelência e os melhores hospitais do Estado com atendimento imediato!



BEST PROMOÇÃO RELÂMPAGO
CARÊNCIA ZERO
best senior
o melhor da vida é ter saúde
44
SEM coparticipação
Os melhores hospitais do Estado
R$ 439,61*



Eufrázio

sementes

Seu futuro começa agora!

Transforme sua ideia em realidade
com mentorias e investimento de 100 mil reais.

- 50 projetos selecionados.
- Evento de Graduação e Demoday.
- Compartilhamento de aprendizados com a comunidade.

INSCRIÇÕES ATÉ 15/03

Aponte a câmera do seu celular
para o QRCode ao lado e
faça já sua inscrição!



20 anos
fapes
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA E INOVAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Ciência, Tecnologia, Inovação e Educação Profissional

Eufrázio

Jejum de 100 horas ganha adeptos, mas é arriscado?

Especialistas alertam que a prática pode causar desidratação, riscos neurológicos, cardiovasculares e até levar ao coma

Will Anholetti

Prática comum entre quem deseja perder peso, o jejum intermitente ganha a cada dia novos adeptos. Em geral, quem fez uso da ferramenta fica 12h, 24 ou até 48 horas sem ingerir alimentos sólidos, mas há casos de pessoas que vão além e chegam a ficar até 100 horas sem se alimentar.

É o caso do modelo Mateus Verdelho, de 42 anos, que recentemente passou por jejum de 100 horas, ou seja, cerca de quatro dias. No período, perdeu 5 kg, passando de 85,3 para 79,8 quilos.

Embora tenha destacado que consultou profissionais antes do desafio, especialistas alertam sobre os riscos da prática.

O cirurgião-geral e nutrólogo Roger Bongestab alerta que, dependendo da pessoa, o jejum acima de 18 horas pode causar desidratação, desequilíbrio eletrolítico e riscos neurológicos e cardiovasculares.

Ele destaca que, em pacientes doentes, o jejum extremo aumenta o risco de morte, pois o corpo degrada massa muscular para obter energia. "O organismo não consegue queimar somente a gordura estocada e com isso a gente acaba tendo a perda da massa magra também."

A endocrinologista Sabrina França destaca que em qualquer esquema de jejum prolongado há riscos, e que ele deve ser realizado sempre com acompanhamento médico, independente do objetivo.

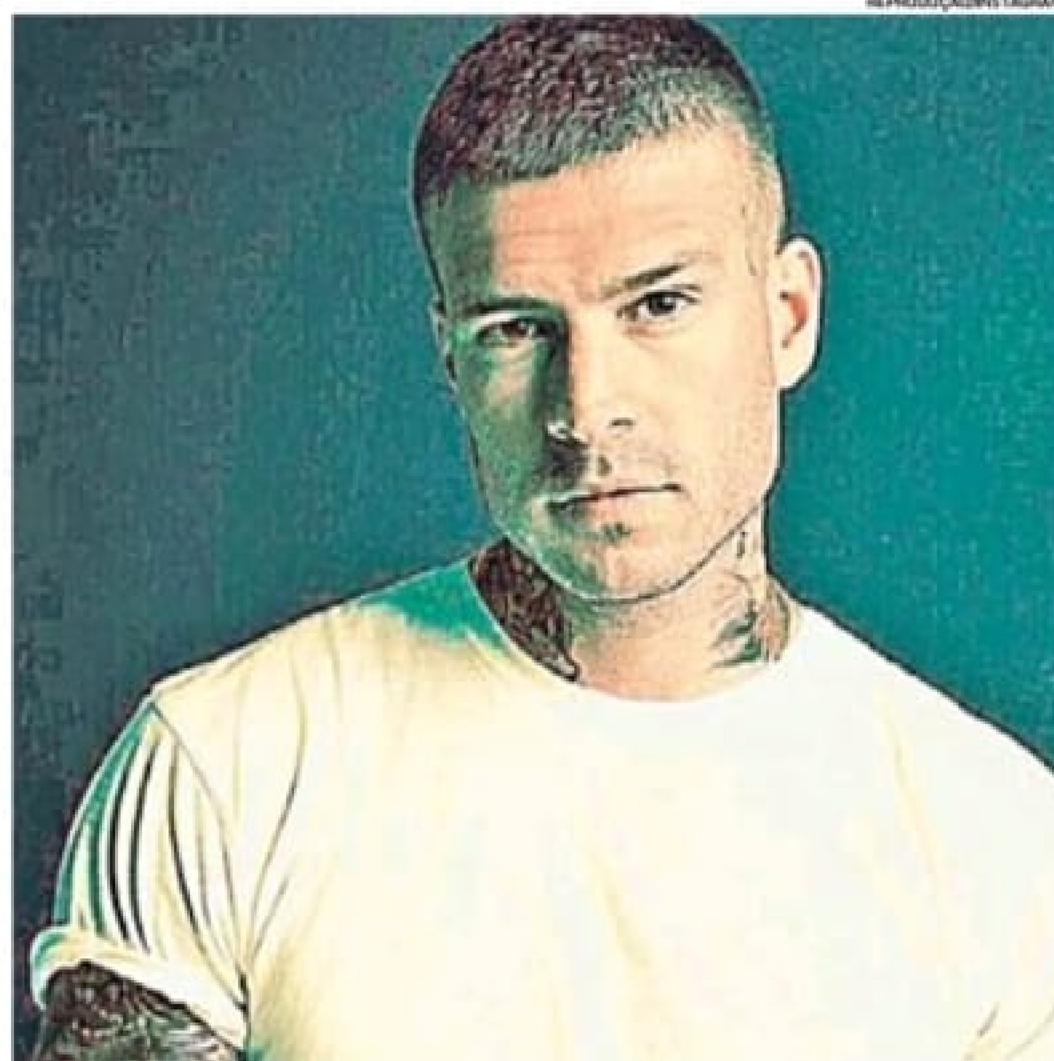
"Existem estudos mostrando alguns benefícios do jejum intermitente para controle do diabetes e perda de peso. Essa é uma estratégia alimentar que precisa ser orientada, para que os benefícios superem os riscos".

Ela ressalta que, ao passar por jejum prolongado, o corpo reduz a produção de hormônios relacionados ao metabolismo, como a insulina. Isso pode levar a uma diminuição da capacidade do organismo de processar os nutrientes de forma eficiente, como a glicose, que é o principal combustível para as células.

A endocrinologista Lusanere Cruz acrescenta que o processo do jejum vai com o tempo acidificar o corpo. "Esse 'ambiente' ácido é extremamente prejudicial". O cérebro passa a não funcionar em sua forma plena, podendo até levar ao coma.

Ela reforça a regra de que o processo deve ser acompanhado por um especialista, que vai indicar a forma correta para cada caso, no entanto, os protocolos de jejum indicados para alguns casos são os de 8h diárias e 24 horas sendo feito três vezes na semana.

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



MATEUS VERDELHO consultou médicos antes de fazer jejum de 100 horas



MATEUS ficou quatro dias sem comer e perdeu 5 quilos

FIQUE POR DENTRO

Benefícios

> **ESTUDOS** apontam benefícios do jejum intermitente no controle do diabetes e na perda de peso.

> **DURANTE O** jejum, o corpo reduz a produção de insulina e passa a utilizar reservas de gordura como fonte de energia, gerando mecanismos alternativos do metabolismo.

Riscos

> **JEJUNS** acima de 18 horas podem causar desidratação, desequilíbrio eletrolítico, quedas de pressão e taquicardia, alterações de concentração e raciocínio, alterações mentais e até crises convulsivas.

> **ALÉM DISSO**, o corpo pode sofrer perda de massa muscular, desequilíbrios hormonais e deficiências nutricionais.

> **O CÉREBRO** também pode ser afetado pela falta de glicose, resultando em fadiga, confusão mental e irritabilidade.

Riscos do jejum extremo (acima de 100 horas)

> **JEJUNS MUITO** longos fazem o corpo recorrer à gordura e, posteriormente, à massa muscular, como fonte de energia, levando à acidificação do organismo, o que pode prejudicar a produção de hormônios e vitaminas.

> **O CÉREBRO PASSA** a não funcionar em sua forma plena, podendo até levar ao coma.

Quem pode fazer?

> **NEM TODAS AS** pessoas se adaptam ao jejum, e ele não deve ser aplicado indiscriminadamente.

> **O ACOMPANHAMENTO** médico é essencial, especialmente para indivíduos com doenças crônicas, atletas ou pessoas com histórico de transtornos alimentares.

Cuidados

> **ACOMPANHAMENTO MÉDICO:** Essencial para garantir segurança.

> **HIDRATAÇÃO ADEQUADA:** Consumo de água.

> **ATENÇÃO AOS SINAIS DO CORPO:** Fadiga, tontura ou confusão mental exigem interrupção.

> **É IMPORTANTE** avisar alguém. Caso a pessoa sinta desconforto, busque ajuda.

OPINIÕES

FOTOS: DIVULGAÇÃO



"Jejuns prolongados podem causar desidratação, quedas de pressão e taquicardia"

Roger Bongostab, cirurgião-geral e nutrólogo



"Estudos apontam benefícios no jejum para controle do diabetes e perda de peso, porém, é preciso acompanhamento médico"

Sabrina França, endocrinologista



"Existem protocolos considerados seguros, como 8 horas diárias ou até 24 horas, três vezes por semana"

Lusanere Cruz, endocrinologista

TEMPO NA GRANDE VITÓRIA

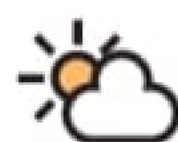
HOJE — PROBABILIDADE DE CHUVA 0%



MÁXIMA 33º / MÍNIMA 22º

Dia de sol com aumento de nuvens à tarde.

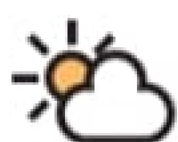
AMANHÃ — PROBABILIDADE DE CHUVA 0%



MÁXIMA 35º / MÍNIMA 23º

Sol com aumento de nuvens à tarde.

TERÇA — PROBABILIDADE DE CHUVA 0%



MÁXIMA 33º / MÍNIMA 23º

Sol com aumento de nuvens. Não chove.

FASES DA LUA

- CRESCENTE: ATÉ QUINTA
- CHEIA: DE 14/03 A 21/03
- MINGUANTE: DE 22/03 A 28/03
- NOVA: DE 29/03 A 3/04

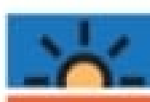
AS MARÉS

	ALTA	BAIXA
PORTO DE VITÓRIA	12h07 (1,2m)	5h55 (0,7m) 18h23 (0,5m)
PORTO DE TUBARÃO	12h05 (1,2m)	5h53 (0,7m) 18h21 (0,5m)

SOL



NASCENTE 5h41



POENTE 18h02

Fonte: Climatempo e Marinha do Brasil.

Eufrázio

Bloco Kustelão arrasta multidão

No Dia Internacional das Mulheres, bloco apostou no abadá rosa e em clássicos do axé que ficaram conhecidos em vozes femininas

Daniela Esperandio

Animação total foi o que não faltou no tradicional bloco Kustelão, que arrastou uma multidão ontem na região de Jardim Camburi, em Vitória. Pessoas de todas as idades se reuniram no evento, que teve como atração a Banda Movimento.

Por ocorrer no Dia Internacional das Mulheres, o bloco fez uma homenagem para elas com o abadá rosa em que aparecia a data estampada. Além disso, foram cantados clássicos do axé que ficaram conhecidos nas vozes de mulheres.

Em meio ao público, foi possível encontrar aqueles que escolheram fantasias mais tímidas, como arquinhos de anjo e fada, e também aqueles que capricharam no look da folia.

Os amigos Kiara Pezzin Silva, de 23 anos, Ingrid Alcântara de Aquino, 22, Rafael Pezzin Silva, 20, Renato Borges Ramos, 21, e Luiza Borges Ramos, 20, curtiram a atração e chamaram a atenção.



DEBAIXO de sol quente, multidão tomou conta da avenida Norte-Sul

INSPIRAÇÃO

Eles se inspiraram no seriado infantil "A Hora de Aventura" para se vestirem de maneira divertida. "Como a série tem muitos personagens, ficou perfeito!", disse Luiza. Princesa Jujuba, Lich, Marceline e Rei Gelado foram as opções escolhidas.

Irmã de Renato, ela comentou sobre a alegria de estar curtindo a ressaca do Carnaval no bloco Kustelão.

"A gente tem muito o que aproveitar! Vindo para rua, com a festa e a cultura do Carnaval, mantemos viva a nossa essência de jovem. E é ótimo ter todo mundo junto e mistura. Há pessoas mais velhas, crianças e adultos", destacou.

FOTOS: FÁBIO NUNES/AT



BIANCA, THIAGO E NAYANE apostaram em looks divertidos

O trio de amigos Bianca Duraes Ribeiro, 24, Thiago Tatagiba, 33, e Nayane Coelho, 34, também apostou em looks divertidos: zebrinha, Chapeleiro Maluco e Chapeuzinho Vermelho.

"Tem dois anos que venho no Kustelão. Moro aqui perto, e isso facilita bastante. É um bloco ótimo, muito divertido", disse Thiago.

Em 2024, o Kustelão arrastou, por quase quatro quilômetros, cerca de 35 mil pessoas. Ontem, o bloco completou sua 23ª edição.

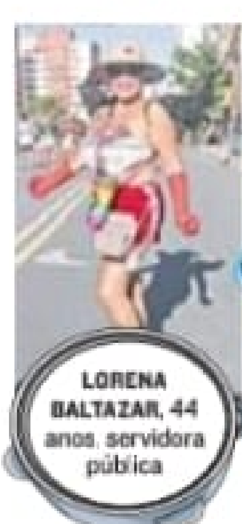
No ano passado, o prefeito de Vitória, Lorenzo Pazolini, sancionou a lei que inclui a festa na agenda de eventos culturais do município.

FALA, FOLIÃO!



HENRIQUE LEITÃO, 25 anos, professor de jiu-jitsu

"É minha 10ª vez aqui. Gosto muito de participar. É bem tranquilo, familiar"



LORENA BALTAZAR, 44 anos, servidora pública

"Moro aqui em Jardim Camburi e sempre que posso, compareço!"

DE OLHO NAS OFERTAS

As câmeras estão ligadas 24h nas ofertas mais bombásticas do mês!

CASA DO SERRALHEIRO

A CASA + VIGIADA PELO SERRALHEIRO!



COLUNA PRONTA 5/16 7X20
R$85,90/peça



METALON GALVANIZADO 50X30X1,25
R$92,00/peça



TELHA GALVALUME 0,43MM
R$33,50/m²



PERFIL ENRIJECIDO 75X40X17
R$112,00/peça



ACM BRILHO 1,50X5,00
R$74,90/m²



CHAPA DRYWALL ST 12,5MM - 1,20X1,80M
R$23,90/m²



ARAME FARPADO NELORE 500M
R$550,00/un

COBRIMOS QUALQUER OFERTA

PAGAMENTO EM ATÉ 12X

27 3226-8045

www.casaserralheiro.com.br

*Ofertas válidas de 01/02/2025 a 31/03/2025. Imagens meramente ilustrativas.

Eufrázio



AQUISIÇÕES INTELIGENTES

Por dentro da moda com compras de brechó



FOTOS: FÁBIO NUNES/AT

Consultoras de moda e estilo dão dicas de como escolher peças de qualidade e com preços em conta

Camila Lima

Comprar um look novo, de qualidade e com um valor mais em conta, quem não quer? Ter no guarda-roupa uma peça de marca famosa nem sempre é fácil, mas na Grande Vitória é possível estar por dentro da moda com compras de brechó.

Nesses estabelecimentos dá para "garimpar" peças de marcas conhecidas, como Farm, Maria Filó, Animale, Mixed, Ateen e Coach, com preços bem abaixo do valor de fábrica.

Mas antes de sair entrando no primeiro brechó que encontrar, confira algumas dicas de como fazer compras inteligentes dadas por consultoras de imagem ouvidas pela reportagem.

Alfaiataria vintage, peças em couro ou efeito couro, bolsas e acessórios statement (com informação de moda, que chama atenção), calçados mais pesados – estilo Oxford e botas –, muitas vezes encontradas em brechós, podem ser combinados de formas modernas, criando um visual único e atualizado, segundo a consultora de imagem e estilo Camila Marins.

Mas ela dá uma recomendação: "Comprar em brechós pode ser uma experiência incrível, mas exige paciência e estratégia para encontrar peças de qualidade e que realmente combinem com seu estilo".

"Não leve em consideração somente o valor da peça, sem analisar se você de fato precisa dela, se tem boa qualidade e se combina com seu estilo", aconselha Camila.

Segundo a consultora de moda e imagem Jani Valença, nos brechós dá para "garimpar" bom blazers, calças em alfaiataria e bolsas de marca, muitas vezes 50% mais baratos que o normal. "Acho que dá para comprar de tudo, claro que respeitando muito o estilo de cada um".

Antes, de levar a peça para casa, porém, Jani orienta verificar o acabamento, tecido e modelagem.

Para a Beth Oliveira, consultora de imagem, comprar em brechó é uma forma de fazer aquisições sustentáveis e inteligentes.

"Tem peças que devido ao seu valor atemporal, qualidade e versatilidade são investimentos ainda mais vantajosos. A dica é apreciar esse processo da busca por itens que se destaquem não apenas pelo estilo, mas pela qualidade e história que carregam".

Há sete anos nesse mercado, a empresária Luciana Bellucio, proprietária do Frida Brechó, em Vitória, conta que a moda sustentável ficou mais forte. "Muitos que não conheciam ou por outros motivos não participavam, hoje estão respeitando o movimento".

LUCIANA BELLUCIO e a consultora de imagem Beth Oliveira: qualidade e história da roupa são importantes também

FRIDA BRECHÓ



Vestido Le Lis Blanc franjas
PREÇO ATUAL R$ 230,00
PREÇO ANTIGO R$ 960,00 (média)



Calça Shoulder
PREÇO ATUAL R$ 180,00
PREÇO ANTIGO R$ 480,00 (média)



Kimono e calça Farm
PREÇO ATUAL R$ 225,00
PREÇO ANTIGO R$ 800,00 (média)

PEÇA RARA PRAIA DO CANTO



Bolsa Moschino
PREÇO ATUAL R$ 860,00
PREÇO ANTIGO R$ 3.500,00



Bolsa Coach
PREÇO ATUAL R$ 750,00
PREÇO ANTIGO R$ 2.000,00

BRECHÓ X BAZAR

Brechó e bazar não são a mesma coisa, explica Jani Valença. O brechó é uma loja especializada na revenda de peças usadas, onde quem vende pode lucrar. Já o bazar é mais pontual e tem um propósito social, com roupas doadas para arrecadar fundos para instituições.

Eufrázio

AQUISIÇÕES INTELIGENTES

Mercado de segunda mão está em alta, afirmam especialistas

Se no passado comprar um look usado era visto com certo preconceito, nos últimos anos essa nova forma de consumir roupa tem aumentado. Conhecido como moda circular, o mercado de "segunda mão" está em crescimento, indicam especialistas do setor.

"Estudos apontam que o mercado de segunda mão pode crescer até três vezes mais rápido que o da moda convencional nos próximos anos. Relatórios indicam que o segmento de revenda pode ultrapassar o fast fashion até 2030", destaca a consultora de imagem e estilo Camila Marins.

Para a consultora de imagem Beth Oliveira, a moda circular é essencial. "Ela tem como objetivo reduzir impactos negativos das indústrias no meio ambiente, está em pleno crescimento e tem se tornado cada vez mais relevante. É um consumo mais consciente".

Joelma Palmério, proprietária do Balacobaco Brechó e Boutique, diariamente posta nas redes sociais looks de diversas marcas, como os vestidos por sua funcionária Edmara Custódio, e percebe o crescimento desse modelo de negócio. "Cada dia as pessoas estão mais conscientes da sustentabilidade e da importância de cada um no processo".

Cláudia Alves, dona do Empório B - Boutique e Brechó, destaca que são diversos motivos que levam as pessoas a buscarem a moda circular.

"Um deles é justamente conciliar peças de marcas ao custo. Hoje, adquirindo um produto em um brechó, é possível economizar mais de 70% de um look. Além disso, a pessoa pode desapegar das suas peças fazendo com que isso gere dinheiro para uma nova compra".

A gerente da regional Central do Sebrae no Espírito Santo, Carla Bortolozzo, destaca que esse tipo de mercado tem sido impactado pelo ESG (conjunto de práticas voltadas para a preservação do meio ambiente).

"As pessoas estão mais preocupadas em reduzir o consumo exacerbado, melhorar o ciclo de vida das peças e também na redução de lixo e gás carbônico. Temos visto ainda muita demanda de empreendedores, porque o público tem procurado. Quem quer entrar no mercado deve se planejar e definir o público-alvo, e no Sebrae damos essa assessoria", destaca Carla Bortolozzo.

FOTOS: KADIDJA FERNANDES/AT

EMPÓRIO B BOUTIQUE E BRECHÓ

Kimono TAJ by Sabrina Crippa
PREÇO ATUAL R$ 69,00
PREÇO ANTIGO R$ 800, 00 (média)

Vestido Farm novo
PREÇO ATUAL R$ 349,00
PREÇO ANTIGO R$ 750,00 (média)

Cropped paetê Manacá
PREÇO ATUAL R$ R$ 59,00
PREÇO ANTIGO R$ 220,00 (média)

BALACOBACO BRECHÓ

Vestido Farm arco-íris tropical
PREÇO ATUAL R$ 119,00
PREÇO ANTIGO R$ 498,00

Saia Ateen em seda
PREÇO ATUAL R$ 89,00
PREÇO ANTIGO R$ 1.500,00

Vestido Mixed em linho
PREÇO ATUAL R$ 119,00
PREÇO ANTIGO R$ 1.910,00

DICAS DE COMO ESCOLHER PEÇAS

Conhecimento

Antes de ir a um brechó é importante estar atento a algumas dicas:

- **CONHEÇA** seu estilo.
- **FIQUE DE** olho em peças atemporais.
- **VÁ COM** paciência e mente aberta.

Peças

Sempre verifique acabamento, tecido e modelagem.

- **A COSTURA** precisa estar alinhada e bem-feita.
- **OLHE O** tipo de botões, zíper e metais.
- **OLHE A** modelagem, se tem algum detalhe diferente!
- **INVISTA** em tecidos como linho, algodão, viscolinho, crepe, seda e viscose.
- **PROVE** a peça sempre que possível. O caimento precisa te vestir bem.
- **PRESTE** atenção também nos acessórios, eles têm o poder de elevar a produção.

Fique de olho!

Alguns brechós também trabalham com peças novas, ponta de estoque de loja ou peças que as pessoas nem usaram e ainda estão na etiqueta. Vale o investimento!

Fontes: Jani Valença e Camila Marins.



"Garimpar peças em brechós é uma excelente maneira de achar peças únicas por um preço menor"

JANI VALENÇA, consultora de moda e imagem



"Comprar em brechós pode ser uma experiência incrível, mas exige paciência e estratégia"

CAMILA MARINS, consultora de imagem e estilo

Eufrázio

Cidades

REGIONAL

Região no Estado mantém vivo o dialeto vêneto

São Bento de Urânia, em Alfredo Chaves, é uma das poucas regiões onde ainda se fala o idioma trazido por imigrantes italianos

Clóvis Rangel
ALFREDO CHAVES

O pequeno distrito de São Bento de Urânia, em Alfredo Chaves, com pouco mais de 2 mil moradores, mantém vivo o dialeto vêneto. Segundo pesquisadores, é uma das poucas regiões do Estado onde ainda se fala o idioma trazido pelos imigrantes italianos.

Os primeiros habitantes do distrito, imigrantes italianos, comunicavam-se exclusivamente em vêneto. Os portugueses chegaram ao local 40 anos depois, permitindo que os italianos preservassem, por quatro décadas, traços culturais e linguísticos de sua terra natal.

Em 1920, o então presidente Getúlio Vargas proibiu o uso de qualquer idioma que não fosse o português no Brasil. Com isso, os italianos foram impedidos de falar sua língua-mãe. De acordo com a professora e pesquisadora de Língua Portuguesa Katiúscia Sartori Cominotti, a imposição acelerou a adoção do português.

"Pais e avós deixaram de falar italiano com filhos e netos. Em São Bento de Urânia, os mais velhos continuavam se comunicando entre si, mas evitavam ensinar a língua às novas gerações por medo de perseguição", explica.

Ainda assim, muitos descendentes de italianos no distrito preservam os dois idiomas. O produtor rural Jandir Gratieri, de 59 anos, é bisneto de Francesco Gratieri, italiano que chegou às serras capixabas em 1893 trazendo uma muda antecessora do inhame São Bento, conhecido como roxo chinês.

"Meus avós vieram da Itália e crescemos ouvindo o dialeto. Eles só conversavam em italiano. Meus pais também falavam muito. Com o tempo, misturamos com o português, mas ainda hoje mantemos o vêneto", conta Paulo.

O vêneto é uma língua românica falada por cerca de 5 milhões de pessoas, principalmente na região do Vêneto, na Itália. "São Bento de Urânia é o local com maior presença desse dialeto no Estado. Os mais velhos ainda o utilizam entre si, mas, como não o transmitiram aos mais novos, muitos apenas compreendem, mas não falam", acrescenta a pesquisadora.

Com o passar dos anos, Alfredo Chaves se tornou um dos maiores produtores de inhame do País, Jandir fundou a associação de produtores da região, publicou livros com receitas à base do tubérculo e tornou-se um dos maiores produtores de inhame do Estado. No setor, é conhecido como "Rei do Inhame".

FOTOS: CLÓVIS RANGEL



O PRODUTOR RURAL Jandir Gratieri, que cultiva inhame em São Bento de Urânia, ainda hoje faz uso do dialeto vêneto entre amigos e familiares

Capital do Inhame

Além de preservar o dialeto vêneto, o distrito de São Bento de Urânia se destaca como um dos maiores produtores de inhame do Brasil.

Por essa razão, Alfredo Chaves recebeu, por lei, em 2019, o título de Capital do Inhame, sendo responsável por cerca de 80% da produção nacional.

O inhame de Alfredo Chaves conta ainda com Indicação Geográfica (IG). "Esse reconhecimento valoriza o patrimônio mais importante da nossa comunidade", destacou Jandir Gratieri.

"Não podíamos falar italiano"

Vivendo em uma casa de estuque que construiu há mais de 50 anos, o produtor rural Sante Lorenzon, de 88 anos, carrega consigo a história de uma geração de imigrantes italianos. Descendente de vênetos, ele cresceu ouvindo e falando apenas o dialeto de seus ancestrais, mantendo vivas as tradições de sua família.

Aliás, o português só entrou em sua vida por uma necessidade escolar. Quando começou a estudar, aos 13 anos, precisou se adaptar a um idioma que até então era distante de sua realidade.

"Só falava italiano até os 13 anos. Mas tive que começar a estudar e a professora só falava português, então não podia falar vêneto. Foi quando comecei a aprender o português. Mas até hoje falo o vêneto. Tem uma turma ainda, que é da minha época, que só se comunica em vêneto", conta.

DESCENDENTE de vênetos, Sante Lorenzon cresceu ouvindo e falando apenas o dialeto de seus ancestrais, mantendo vivas as tradições de sua família



A presença italiana no Brasil, especialmente no Espírito Santo, é um reflexo da grande onda migratória que ocorreu no final do século XIX e início do século XX.

Muitos italianos, fugindo da pobreza e das dificuldades econômicas na Europa, embarcaram para o Brasil em busca de oportunidades. A família de Sante foi uma dessas. Ele guarda até hoje um documento valioso, que detalha a chegada de seus avós ao País.

"Meus avós vieram de Vêneto. Meu avô tinha 12 anos. Temos até o registro com o nome do navio que eles vieram. Embarcaram dia 5 de dezembro no porto de Gênova e chegaram em Vitória no dia 27 de dezembro", lembra.

Surgimento de nova língua

O dialeto vêneto também possui presença em diversos estados brasileiros. Com a imigração italiana entre os séculos XIX e XX, muitos imigrantes do norte da Itália estabeleceram-se no Sul do País, contribuindo para o surgimento do talian, uma variante do vêneto.

A linguista Giorgia Miazzo observa que, embora em 2011 o talian fosse falado por cerca de um milhão de pessoas no Brasil, estimativas mais recentes apontam para cerca de meio milhão de falantes.

Giorgia Miazzo também se interessa pelo talian, ressaltando que, embora o italiano seja a língua oficial da Itália, os dialetos desempenham um papel essencial na formação da identidade cultural. Para muitos descendentes de imigrantes, o talian é uma conexão tangível com as raízes familiares.

A historiadora Maria Cristina Dadalto acrescenta que, no Espírito Santo, cerca de 93% dos imigrantes italianos vieram de regiões do norte da Itália, sendo 40% originários do Vêneto.

Ela observa que, apesar da diminuição no número de falantes, os dialetos continuam a ser símbolos de resistência cultural e identidade para várias comunidades.



GIORGIA MIAZZO: conexão

Eufrázio

max ORIGINAL

BEZEZA FATAL

ESTREIA NA SEGUNDA

10 DE MARÇO | 20H30

TEM NOVELÃO NA BAND
ESPERANDO POR VOCÊ



CANAL 7.1



Eufrázio

Roteiro com experiências que mulheres amam



De passeio de caiaque para ver o sol nascer a um fim de tarde à beira-mar, não faltam opções que agradam ao público feminino

DIVULGAÇÃO



PASSEIOS DE CAIAQUE no nascer ou no pôr do sol estão entre as opções de atrativos para curtir com as amigas

Kamila Rangel*

Como é um dia ideal para as mulheres? Tomar um café da manhã especial, fazer atividade fisica, passear ao ar livre, comer em um lugar bacana... Vivências desse tipo fazem parte de um roteiro com experiências que o público feminino ama e que pode ser colocado em prática neste mês, em que se comemora o Dia Internacional da Mulher, e em qualquer época do ano.

Na Grande Vitória, não faltam opções de lugares para compor uma programação diversificada, que engloba cuidados com corpo, mente e autoestima.

Quem gosta de começar o dia cedo pode experimentar, por exemplo, um passeio de caiaque na baía de Vitória. Antes de o sol nascer, remos ao mar. Bastam algumas remadas para ter energia suficiente para encarar o dia.

"Também fazemos passeios no pôr do sol, noturnos e até remada dog, para levar o pet", comentou Arthur Galvão, da Almar 027. Os agendamentos podem ser feitos pelo site almar027.com.br ou pelo whatsapp (27) 98858-6145.

Outra vivência que as mulheres costumam amar é tomar um café com quitutes diferenciados, em espaços instagramáveis. Em solo capixaba, não faltam lugares assim. O Bistrô Saldanha, no Forte São João, na Capital, é um deles. Com decoração requintada e vista para a baía de Vitória, tem um cardápio de dar água na boca.

Entre uma badalação e outra, mulheres encontram tempo para cuidar da beleza. Caso contrário, tem falha no roteiro. A empresária Renata Castro, do Studio Agah, na Mata da Praia, destaca que atende moradoras e turistas.

"Recebemos clientes direcionadas pelos hotéis onde estão hospedadas. E temos aquelas que vêm a Vitória especialmente para fazer nossos procedimentos".

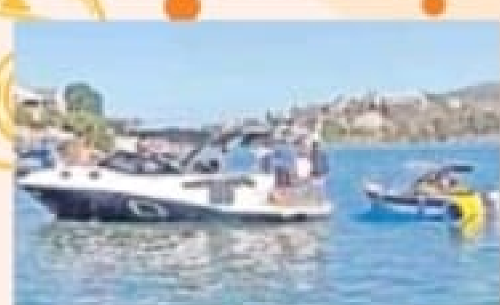
Com a beleza em dia e a autoestima em alta, a dica é aproveitar bares e restaurantes da Grande Vitória. Uma região que tem se destacado é a Curva da Jurema, na Capital, que, após ser revitalizada, tem atraído quem gosta de curtir o dia e a noite à beira-mar.

*KR Comunicação

KAMILA RANGEL



RENATA Castro, do Studio Agah, recebe clientes que querem cuidar da beleza e da autoestima para passear na Capital Capixaba



Passeio de lancha

Que tal alugar uma lancha para curtir um passeio particular, em família, de casal ou com as amigas? Na agência Mard'Vix, em Vitória, mulheres que entrarem em contato para realizar passeios às sextas-feiras de março terão desconto de 15%. Para passeios aos sábados e domingos, o desconto é de 10% sobre os valores originais. A experiência dura de quatro a cinco horas, com paradas para mergulho e fotos em pontos turísticos, e os valores variam de acordo com o turno e com o roteiro escolhidos. Contato: (27) 99847-3966.

Spa com cupom para caçadoras de destinos



No dia a dia ou durante uma viagem, desfrutar de momentos de relaxamento é uma experiência que costuma agradar às mulheres. Em Vitória, capital capixaba, spas atraem moradoras e turistas.

Entre as opções, está o Mio Spa Urbano, na Enseada do Suá, que, neste mês de março, está oferecendo desconto especial para as caçadoras de destinos, em todos os tratamentos.

Massagens relaxantes, manobras com pedras quentes e banhos de imersão estão entre os serviços que saem com 15% de desconto para quem informar o voucher MulheresTribuna, em compras pelo telefone ou Whatsapp, no número (27) 99924-2200, ou pelo site miospa.com.br.

Descontos em rituais de beleza

Mulher estuda, trabalha, cuida da família, mas também curte momentos para se cuidar e fortalecer a autoestima.

Pensando nesse tempo necessário e de qualidade, clínicas de estética estão com pacotes especiais neste mês de março, para quem mora em Vitória.

A Modelly, em Jardim Camburi, tem dois pacotes na promoção neste mês de março, com tratamentos que estão entre os mais procurados pelas mulheres.

O primeiro deles é composto por quatro sessões de Lipo Power, endermoterapia e massagem modeladora. O segundo inclui quatro sessões de Enzimas Dreno Slim e drenagem linfática. Cada um custa uma entrada e 4 vezes de R$ 196, neste mês.

"Recebemos clientes de todo o Estado, em busca desses procedimentos", destacou Vanda Santana, proprietária da clínica.

Os procedimentos podem ser agendados pelo telefone (27) 99967-5985.

A Clínica Excelência, com unidades na Grande Vitória, lançou para o mês das mulheres o combo Corpo dos Sonhos, com 10 sessões de massagem, cinco sessões de enzimas e 10 aparelhos, com duas placas de criolipólise de presente, por 10 vezes de R$ 169,99.

Tem combo também para cuidados com a pele, com aplicação de toxina botulínica, skinbooster e peeling químico, por cinco vezes de R$ 199,99.

Para agendar, basta entrar em contato pelo telefone R$ (27) 99877-5720.

DIVULGAÇÃO



PROCEDIMENTOS estéticos também movimentam o turismo nas cidades

DIVULGAÇÃO



O PRAIA GRANDE HOTEL, em Fundão, está com 20% de desconto no valor da hospedagem, neste mês de março, em homenagem às mulheres



Destinos com mimos especiais

Que tal, nas comemorações pelo mês das mulheres, tirar uma folga do trabalho e dos afazeres domésticos, viajar pelo Espírito Santo e curtir as mordomias de uma hospedagem confortável? Hotéis e pousadas prepararam descontos, programações e mimos especiais para homenagear o público feminino.

Hospedar-se em um chalé com banheira de hidromassagem na região serrana do Espírito Santo, por exemplo, pode ser o jeito ideal de dar uma pausa na rotina, relaxar e se divertir.

Em Santa Teresa, os Chalés Villa Caravaggio estão com uma condição especial, neste mês, para presentear as mulheres: 10% de desconto no valor das diárias.

E o mimo vale também para quem contratar a estada nos chalés em formato de barril de vinho, que recém-inaugurados.

"Nossos chalés temáticos, em barris gigantes, oferecem uma experiência inesquecível, com charme e aconchego, para curtir momentos especiais", destacou a gestora Sabrina Maia.

Em Domingos Martins, o Hotel Fazenda China Park, próximo a Pedra Azul, além de oferecer todo um complexo de lazer, terá música ao vivo, com banda, em todos os sábados deste mês de março. Para animar ainda mais as segundas-feiras por lá, em março tem voz e violão toda semana.

Em Guarapari, no Flamboyant Hotel & Convention, localizado em Lagoa Dourada, serão realizadas, às sextas-feiras e aos sábados deste mês, noites temáticas, para garantir uma hospedagem ainda mais especial e divertida.

"Teremos noites árabes, mexicanas, italianas e orientais, por exemplo, com cardápios típicos e decoração especial", disse o diretor Tales Lins Costa.

Em Praia Grande, Fundão, o Praia Grande Hotel, a Pousada Joaripe e a Pousada Canto da Lua estão dando 20% de desconto no valor da hospedagem, em homenagem ao mês das mulheres.

E tem parceria com outros empreendimentos da região: as mulheres que estiverem hospedadas neste mês em qualquer um deles ganharão um drinque de cortesia e 10% de desconto na conta no quiosque Escritório da Orla, que fica à beira-mar.

Em Santa Cruz, Aracruz, a Flor do Mar Hospedaria também está comemorando o mês de março, oferecendo 20% de desconto nas hospedagens de março com duas ou mais diárias.

DIVULGAÇÃO



Aulas de surfe

Tem muita mulher que pega onda, mas também existem aquelas que sentem vontade de aprender a surfar e ainda não tiveram oportunidade de fazer isso. Neste mês de março, é hora de realizar esse desejo. E com preço especial! Em Praia Grande, Fundão, a professora Isabela Mayara Cheida, do projeto Surf Com Elas, vai dar mais de 10% de desconto nos valores cobrados normalmente. A aula coletiva sai de R$ 80 por R$70, e o preço da aula individual cai de R$ 140 para R$120, com duração de 60 a 90 minutos. Quem tiver interesse pode entrar em contato pelo telefone (27) 99966-0820 ou ir até o surfe clube, que fica de frente para o mar, ao lado do restaurante Moquem da Villa.

ONDE COMER

Bistrô Saldanha
> NO FORTE SÃO JOÃO, em Vitória. Contato: @bistrosaldanha

El Gitano
> NA CURVA DA JUREMA, em Vitória. Contato: (27) 2888-4886

Cafeteria Vista da Penha
> NA PRAINHA, em Vila Velha. Contato: @cafeteriavistadapenha

Café dos Reis
> EM NOVA ALMEIDA, na Serra. Contato: (27) 99275-9695

Cafeteria Vista do Forte
> NO 38º BI, em Vila Velha. Contato: @cafeteriavistadoforte

Seu Joaquim Bar
> NA PRAIA DO CANTO, em Vitória. Contato: @seujoaquimbar

Épico Beach Bar
> NA CURVA DA JUREMA, em Vitória. Contato: (27) 99633-2384

A Oca
> NO CENTRO de Vitória. Contato: (27) 99289-4561

Vila Rusticana
> NA PRAIA DA COSTA, em Vila Velha. Contato: (27) 99948-3225

Escritório da Orla
> EM PRAIA GRANDE, Fundão. Contato: (28) 99956-4615

Espaço Agazeh
> EM PRAIA GRANDE, Fundão. Contato: (27) 99798-5359

Moquem da Villa
> EM PRAIA GRANDE, Fundão. Contato:(27) 99520-0333

Petisco das Meninas
> EM MANGUINHOS, NA SERRA. Contato: (27) 99998-3223

Maré
> NA ORLA de Cariacica. Contato: @mare.rfrutosdomar

DIVULGAÇÃO



Rapel de graça

As mulheres que curtem aventura poderão fazer rapel de graça, neste mês de março, com a agência Vertical ES. A condição para ganhar o presente é simples: basta estar acompanhada de pelo menos um rapeleiro pagante. A Vertical ES tem eventos de rapel programados no Morro do Moreno, em Vila Velha; na Cachoeira de Matilde, em Alfredo Chaves; na Cachoeira do Palito, em Santa Leopoldina; no Penedo, em Vila Velha; e no Pontilhão, em Viana. Todos serão realizados em fins de semana. Para consultar o cronograma e agendar a experiência, basta entrar em contato pelo telefone (27) 99647-2662.

Próximo destino

As rádios Tribuna FM Vitória e Cachoeiro e Legal FM também vão destacar, nesta semana, experiências para curtir no mês das mulheres. Na quinta (13), a apresentadora Kamila Rangel vai mostrar no TN1, da TV Tribuna, o que vai rolar no Caçadores de Destinos de sábado (15), exibido às 18h50: um passeio em Santa Teresa. Na segunda (17) e na terça (18), tem reapresentação, às 7h e às 7h30, respectivamente.



Eufrázio

Cidades

Capixaba é 1ª brasileira na Ópera de Paris

De origem quilombola, a cantora lírica Lorena Pires é a primeira mulher brasileira a ingressar na Academia de Ópera de Paris

DIVULGAÇÃO/SECOM



LORENA PIRES é capixaba e sua família vem de quilombo na Bahia

A cantora lírica capixaba Lorena Pires acaba de ser aprovada para integrar a Academia de Ópera de Paris. Formada em bacharelado em Música, com habilitação em Canto pela Faculdade de Música do Espirito Santo (Fames), a cantora acumula premiações e participações em grandes concertos.

Com a conquista, Lorena se torna a primeira mulher brasileira a entrar para o quadro de cantores da Academia de Ópera de Paris, uma das mais importantes do mundo.

Ainda "digerindo" a notícia, Lorena falou sobre a novidade: "Ser a primeira mulher brasileira na Academia de Ópera de Paris é uma coisa grandiosa, especialmente pelo histórico da minha família, que são pessoas extremamente simples, que se sacrificaram muito para que eu pudesse chegar até aqui."

Lorena é capixaba e sua família vem do quilombo de Vila Juazeiro, no extremo sul da Bahia.

"Para chegar até este ponto, foram dados muitos passos, mas esses passos não começaram em 2020 quando eu entrei na Fames. E não começaram em 2016 quando eu comecei a fazer aula de canto. Esses passos vêm de muito longe, vêm de 1500", afirmou a cantora, lembrando de seus ancestrais e das diversas gerações que se sacrificaram para que as novas gerações tivessem oportunidades.

No segundo semestre do ano passado, ela cantou o papel de Lauretta no "Gianni Schicchi", de Puccini, no Teatro Municipal do Rio. E, neste ano, vai participar da produção de "Porgy and Bess", de Gershwin, no Municipal de São Paulo, interpretando o papel de Clara.

"É muito importante ter competência, mas você ter oportunidade também é o divisor de águas, e foi o que tive. Agradeço a todos os que passaram pelo meu caminho e me ajudaram".

Mulheres atacadas por arma de fogo

Das 4.395 mulheres atendidas na rede de saúde após serem vítimas de agressão não letal por armas de fogo em 2023, ao menos 35% tinham atendimentos anteriores de violência doméstica praticada pelo agressor – que, na maioria das vezes, eram maridos, namorados, ex-parceiros ou parentes e amigos.

O número é 23% maior do que o ano anterior, e 35% a mais em relação a 2021, segundo levantamento do Instituto Sou da Paz com base nos sistemas de informações do Sistema Único de Saúde (SUS), divulgado ontem.

Para Cristina Neme, coordenadora de projetos do instituto, esse dado indica que a lei não está sendo cumprida.

Fezinha

MEGA-SENA
Concurso 2837
03 - 14 - 34 - 35 - 42 - 50

DIA DE SORTE
Concurso 1036
02 - 10 - 12 - 14 - 15 - 20 - 21

QUINA
Concurso 6675
13 - 25 - 26 - 37 - 76

TIMEMANIA
Concurso 2215
14 - 18 - 27 - 32 - 33 - 40 - 56

LOTERIA FEDERAL
Concurso 5947
1º PRÊMIO - 77.063 – 2º PRÊMIO - 08.026
3º PRÊMIO - 17.859 – 4º PRÊMIO - 84.765
5º PRÊMIO - 67.437

LOTOFÁCIL
Concurso 3337
01 - 03 - 04 - 05 - 07
08 - 10 - 11 - 14 - 15
16 - 18 - 19 - 23 - 24

+ MILIONÁRIA
Concurso 231
06 - 12 - 30 - 35 - 36 - 47
Trevos sorteados: 1 - 5

KADIDJA FERNANDES/AT

Campanha da Fraternidade será aberta hoje em Vitória

Com o tema "Fraternidade e Ecologia Integral", e o lema "Deus viu que tudo era muito bom", será aberta hoje a Campanha da Fraternidade 2025. A celebração será no Ginásio Dom Bosco, em Vitória, e contará com a presença do novo arcebispo da capital, dom Ângelo Ademir Mezzari (foto).

Ele explicou que serão apresentados no evento os desafios em relação à situação climática no Estado, em particular na Arquidiocese de Vitória, abordando quais são os problemas, como a coleta seletiva do lixo, a preservação dos parques, a questão da água, o problema dos agrotóxicos. Também serão apresentados alguns compromissos que os cristãos devem assumir.

Dom Ângelo explicou que o tema da Campanha da Fraternidade também foi inspirado na publicação da Carta Encíclica Laudato Si' do papa Francisco, que completa 10 anos; assim como nos 800 anos da composição do Cântico das Criaturas de São Francisco de Assis, e também na 30ª Conferência das Partes (COP30), que acontecerá em Belém no mês de novembro.

A Campanha da Fraternidade se inicia na Quaresma, mas acontece ao longo de todo o ano.

RELIGIÃO

religiao@redetribuna.com.br

Cerco de Jericó



Começa amanhã, às 19h, o primeiro Cerco de Jericó do Santuário-Basílica de Santo Antônio, com o tema "Reconstruindo os Muros da Fé". O padre Alessandro Rebonato (foto) é o primeiro convidado. Também estará presente hoje o Ministério de Música Caminhando com Jesus. O Cerco de Jericó é um momento de oração intensa e adoração.

* * *

Capelania



A psicóloga Juliana Valadão é a expositora de hoje, às 15h, na reunião da Capelania Hospitalar Espírita da Associação Médico-Espírita do Estado, que terá como tema "Jesus e o enfermo". Será no Centro Espírita Fé, Esperança e Caridade Santa Cruz. Rua Antônio Aleixo, 240, Horto.

* * *

"Como manter as boas vibrações" é o tema da palestra que Leila Cruz ministra hoje, às 18 horas, na Comunidade Espírita Esperança, que fica na rua Alvin Soares Bermudes, 197, Morada de Camburi, Vitória.

SANTO DO DIA



Santa Francisca Romana

Francisca Romana (1384-1440), mulher rica e nobre, iluminou as vielas mais miseráveis da Urbe, entre o fim do século XIV e a primeira metade do século XV. Foi uma das santas da caridade mais famosas da Igreja.

A PALAVRA

"É Deus quem efetua em vocês tanto o querer quanto o realizar" FILIPENSES 2:13

Plantão da Fé

ANDRÉ Gobbi fala sobre o tema "Autocuidado e espiritualidade" em palestra amanhã, às 20h, no Centro Espírita Henrique José de Mello. Rua do Vintém, 9, Centro de Vitória.

* * *

A PARÓQUIA São José, em Maruípe, dá início amanhã à festa do padroeiro. Até o próximo dia 18, as celebrações começam com o Terço de São José, seguido pela novena e missa, sempre às 18h45. Já no dia 19, a igreja estará aberta o dia todo, com destaque para a missa com os enfermos às 9h e procissão e missa festiva às 19h.

* * *

O CULTO de hoje, às 10h40, na Igreja Evangélica Batista de Vitória, contará com Ceia do Senhor. No culto da manhã e no da noite, às 18h30, a palavra será ministrada pelo pastor Deivisson Brito. Av. Saturnino Rangel Mauro, 725, Jardim da Penha.

* * *

A IGREJA Batista Atitude Vitória convida para os cultos às 10h15 e 18h hoje, da série "A Igreja Vencedora". Av. Fernando Ferrari, 3420, Jabour.

Eufrázio

IMAGEM DO DIA

EMRAH GUREL/ASSOCIATED PRESS



MANIFESTANTES marcham no Dia Internacional da Mulher em Istambul, na Turquia. Data está ligado às lutas femininas por igualdade de direitos, melhores condições de trabalho e reconhecimento na sociedade.

OPINIÃO DO LEITOR

Racismo

Racismo não é rivalidade, é crime! Luighi, jogador do sub-20 do Palmeiras, é mais uma vítima brasileira de racismo no futebol na América do Sul.

Até quando isso vai acontecer sem que nenhuma medida seja tomada? A Conmebol é conivente com o racismo no nosso continente.

Magno Oliveira
Jardim Asteca – Vila Velha

Racismo II

Ao cobrar uma postura diferente do repórter e dizer "É sério isso?", Luighi deu um tapa na cara de quem passa pano para os crimes de racismo cometidos no futebol. Que maturidade desse garoto! Nota 1000 pra ele e zero para imprensa que gosta de passar pano e a Conmebol. Até quando o racismo será negligenciado?

Matheus Conceição
Jucutuquara – Vitória

Coisas do amor

Hoje em dia é muito comum se ter notícias de tragédias envolvendo amor e morte em separações de casais; mas só duas opções de comportamento no caso - ou matar por amor ou morrer de amor. Mata-se por amor de paixão, um sentimento muito mais de vaidade ferida, induzido de ódio, e as consequências são prisão, desprezo de familiares, condenação pela sociedade, um desastre total. Mas morrer de amor é só um tempo de crise, um sofrimento que passa logo que surge um novo amor, calmo e retribuído, que há muita solidão por aí só precisando de um coração e um braço amigos. E se ver que há um precipício imenso entre a tristeza e a felicidade; então vamos morrer de amor, como fazem os poetas.

Roberto Pimentel
Praia do Canto – Vitória

Quem se mistura com porco farelo come

As companhias que frequentamos influenciam nosso comportamento e nossas decisões. Esse ditado popular está relacionado com as consequências que algumas companhias podem nos trazer. Por isso, devemos ter cuidado com quem andamos para não sermos enganados e levados para um caminho errado.

Um outro ditado diz que as aparências enganam e, muitas vezes, você pensa que conhece uma pessoa, mas desconhece totalmente o seu passado. Por isso, precisamos ter muito cuidado nos relacionamentos com as pessoas que conhecemos. Hoje, quase tudo pode ser levantado sobre a vida dos cidadãos, assim não faça amizade com qualquer um. Junte-se apenas aos bons e se afaste das pessoas tóxicas, de caráter duvidoso, que não transmitem confiança.

Pedro V. Carrancho
Bairro República – Vitória

Mande sua correspondência para **A Tribuna**, seção Cartas: rua Joaquim Plácido da Silva, 225 - Ilha de Santa Maria - CEP 29051.070 - Vitória (ES) ou envie para e-mail opiniao@redetribuna.com.br. As cartas devem conter nome completo, endereço, identidade ou CPF e telefone. O tamanho não pode exceder 800 caracteres.

TRIBUNA LIVRE

PEDRO VALLS FEU ROSA

É nóis

Há não muito tempo li um sério alerta divulgado pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública. Revelou-se que o crime organizado neste país já movimenta mais dinheiro com a venda irregular de combustível, ouro, cigarros e álcool do que com o tráfico de cocaína.

Há neste estudo, denominado "Segurança Pública e Crime Organizado no Brasil", a advertência de que estamos, enquanto país, próximos de um ponto irreversivel. Tradução: descortina-se no horizonte o momento no qual já não teremos mais força para reagir.

Eu não ocuparei as linhas seguintes transcrevendo as estatísticas que suportam estas conclusões – seria algo raso demais. Ser-me-ia fácil, também, simplesmente criticar as autoridades responsáveis pelo combate ao crime – algo igualmente superficial, convenhamos.

Prefiro, assim, pedindo humildemente licença, referir-me aos tantos que, malgrado não constem das folhas de pagamento das quadrilhas, imediatamente gritam "é nóis" quando diante destas – um pecado que muitos de nós cometem.

Você sabe que algum produto ou serviço é oriundo do crime organizado mas ainda assim o compra por ser mais barato? Acabou de gritar "é nóis" - afinal, está lucrando com o crime enquanto o fortalece. Simples assim.

Você de alguma forma contribui para a impunidade de criminosos os mais cruéis, seja por ação ou omissão? Ao fazê-lo está berrando "é nóis", agindo a troco da paga mais vil – covardia, vaidade ou dinheiro. Lembre-se, com Victor Hugo, que quem salva o lobo condena o carneiro – que pode ser você mesmo ou alguém de sua familia.

Você bajula alguma autoridade complacente com o crime, movido por interesses menores? Acabou de gritar "é nóis", por contribuir para a perpetuação do poder dos maus.

Você de alguma forma contribui para a impunidade de criminosos os mais cruéis, seja por ação ou omissão?

Você torna mais espinhosa a vida dos poucos que se dispõem a combater o crime? Está a dizer "é nóis", ao ser instrumento do mal em troca de alguma vantagem qualquer.

Você, autoridade, prefere dialogar com os criminosos ao invés de combatê-los? Acha esta prática mais cômoda, segura e interessante? Está a balbuciar "é nóis" e a entrar para o mundo do crime.

Você, do mundo das leis, busca atormentar o povo com uma tal "cultura de segurança" para que ele, iludido, não lance o olhar àquelas comunidades dominadas por bandidos? Nas quais ausente o Estado? Com seu cinismo sussurra "é nóis", enquanto consolida o poder dos maus.

Você, eleitor ou autoridade, suporta com seu voto ou atitude alguém conivente com o crime? Candidatos do mal a cargos públicos? Seja lá quais forem os seus motivos está a exclamar "é nóis", por permitir a infiltração de quadrilhas inteiras nas instituições.

Será assim que "nóis" sonegaremos ao Brasil a única maneira de efetivamente combater a criminalidade: através da mobilização de toda a população. Será assim que "nóis" entregaremos nosso país ao crime. Será assim, de forma hipócrita e vil, que "nóis" condenaremos as gerações futuras. Será assim, finalmente, que "nóis" chegaremos perante o Criador: sob a ilusão de que é possível existir um "bandido bom" – "nóis".

PEDRO VALLS FEU ROSA é desembargador do Tribunal de Justiça do Espírito Santo

aTRIBUNA

NASSAU - EDITORA, RÁDIO E TELEVISÃO LTDA - EMPRESA FUNDADA POR JOÃO PEREIRA DOS SANTOS

SEDE PRÓPRIA: Rua Joaquim Plácido da Silva, 225 - Ilha de Santa Maria - CEP 29.051-070, Vitória-ES
Fone: (27) 3331-9000 / Fax(Redação): (27) 3223-7340; FILIAL/RECIFE-PE: Fone: (81) 3493-8555 / Fax: (81) 3493-8511

EDITOR GERAL Luciano Camatta Rangel
DIRETORA ADM/FINANCEIRO Fabrícia Klein
DIRETORA COMERCIAL Lenise Loureiro
EDITOR EXECUTIVO MULTIMÍDIA Joel Soprani

ANJ Associação Nacional de Jornais | SINDJORES | Instituto Verificador de Comunicação IVC

FALE COM A REDAÇÃO
GERAL 3331-9000
WHATSAPP (27) 99934-7735
CHEFIA DE REPORTAGEM
Giovana Rangel
3331-9015/3331-9045
giovanarangel@redetribuna.com.br
ECONOMIA
3331-9235
economia@redetribuna.com.br
OPINIÃO
3331-9122
opiniao@redetribuna.com.br

CIDADES/REGIONAL/ENTRETENIMENTO
3331-9057
cidades@redetribuna.com.br
POLÍTICA
3331-9027
politica@redetribuna.com.br
POLÍCIA
3331-9035/3331-9013/3331-9034
policia@redetribuna.com.br
ESPORTES
3331-9031
esportes@redetribuna.com.br
TRIBUNA ONLINE
3331-9234/3331-9233/3232-5933
estribunaonline@gmail.com

PLANTÃO
TRIBUNA ONLINE
99880-1942
CACHOEIRO
(27) 99614-8214
GUARAPARI
99863-4558
QUAL A BRONCA?
3331-9161

ATENDIMENTO AO ASSINANTE
(27) 3323-6333

Eufrázio

Economia

FALE COM O EDITOR RAFAEL GUZZO E-MAIL: economia@redetribuna.com.br

ICMS DA CESTA BÁSICA

Resistência à proposta do governo federal

Estados como Minas e Rio Grande do Sul, em situação fiscal ruim, se posicionam contra pacote anti-inflação de alimentos

BRASÍLIA

O pedido do governo federal para que os estados zerem a alíquota do ICMS sobre itens da cesta básica, a fim de reduzir os preços dos alimentos, não agrada aos governadores e significa perda de arrecadação, de acordo com técnicos de secretarias de Fazenda consultados pela reportagem do jornal O Globo.

Para estados em situação fiscal ruim, como Rio Grande do Sul e Minas Gerais, a medida ampliaria ainda mais o problema.

Em São Paulo, o governador Tarcísio de Freitas prorrogou até o final de 2026 a redução da base de cálculo do ICMS (Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Serviços) para produtos da cesta básica, de forma que a carga tributária não resultasse em percentual de 7%.

Procurado, o governo paulista ainda não informou se a "zeragem" da alíquota dos itens da cesta básica chegou a ser tratada.

O governo de Minas Gerais descartou, por enquanto, reduzir o ICMS. Para o vice-governador Mateus Simões, a gestão federal "está procurando um prejuizo para os seus próprios erros".

O Rio Grande do Sul já tem o programa Devolve ICMS, que, desde 2022, devolve parte do ICMS para famílias com renda mensal de três até períodos mínimos ou renda per capita de até meio mínimo salário nacional, inscritas no Cadastro Único (CadÚnico) por meio de cartão bancário. Os beneficiários recebem R$ 100 por trimestre, o que equivale a R$ 400 por ano.

O governador do Rio Grande do Sul, Eduardo Leite, considera que ampliar essa medida, ou zerar o imposto, teria um custo muito alto: "Estender isso para toda a população teria um impacto bilionário, que só seria possível com compensações da União".

Para o governador de Goiás, Ronaldo Caiado, a medida cria concorrência desleal: "O governo quer resolver seus problemas penalizando os produtores e a indústria brasileira. Agora, pratica concorrência desleal e predatória, que gera superávit da balança comercial no País".

ARQUIVO/AT



CARRINHO DE COMPRAS: governo vai zerar imposto de importação de alimentos para tentar reduzir a inflação

Estado já tem redução de até 7%

A Secretaria da Fazenda do Espírito Santo informou que diversos produtos da cesta básica já contam com isenção ou redução da carga tributária de ICMS de até 7%, como arroz, feijão, biscoitos e massas produzidas no estado. No caso da carne de produtores capixabas, a alíquota é de 2%.

Em nota, a gestão de Renato Casagrande (PSB) afirmou que vai estudar os impactos que a isenção tarifária pedida pelo governo federal teria sobre a receita estadual, bem como analisar a possibilidade de isenção de ICMS em novos produtos que tenham o imposto de importação zerado pela União.

KADIDJA FERNANDES/AT – 06/12/2024



CASAGRANDE vai estudar impactos

"É importante ressaltar, no entanto, que as importações desses produtos realizados por meio do Espírito Santo já contam com alíquota de ICMS reduzida, próxima de 1%, devido a políticas de incentivos fiscais. Além disso, o volume de importação desses produtos pelo Estado — assim como no restante do País — é muito pequeno", afirmou em nota, completando:

"A isenção de impostos, portanto, seria pouco efetiva no alcance do objetivo desejado, que seria a redução de preços ao consumidor", afirmou em nota.

Seis estados já isentam ou reduziram o ICMS da cesta básica: Amazonas, Ceará, Maranhão, Piauí, Rio de Janeiro e São Paulo.



MUNDO DIGITAL

EDUARDO PINHEIRO Instagram: @eduardo_pinheiroepm

Riscos dos assistentes virtuais e como proteger os dados

Os assistentes virtuais, como Alexa, Google Assistant e Siri, se tornaram companheiros frequentes em residências e empresas. Com a promessa de facilitar a vida dos usuários, esses dispositivos executam comandos de voz, controlam dispositivos inteligentes e até realizam compras on-line. Mas será que toda essa conveniência vem sem riscos?

A resposta é não. O uso desses assistentes pode representar um problema sério para a privacidade e segurança dos dados.

Um dos maiores desafios é o fato de que esses dispositivos estão sempre ouvindo. Para funcionar, precisam captar sons ambiente e identificar a palavra de ativação, como "Alexa" ou "Ok Google".

No entanto, já houve casos em que gravações foram feitas sem o consentimento do usuário. Em 2018, um alemão recebeu, por engano, centenas de gravações de áudio de outra pessoa, revelando conversas privadas. Em 2019, descobriu-se que funcionários terceirizados ouviam áudios captados por dispositivos da Apple e do Google para "melhorar o serviço". Esses episódios levantaram dúvidas sobre a real segurança das informações coletadas pelos aparelhos.

Outro risco é a ativação involuntária. Há relatos de dispositivos que gravam e enviam mensagens porque entenderam errado um comando. Além disso, hackers podem explorar vulnerabilidades para obter informações sensíveis, como senhas e dados bancários.

Em um cenário ainda mais preocupante, golpistas podem usar engenharia social para enganar usuários, solicitando dados confidenciais sob o pretexto de suporte técnico.

Seu assistente virtual pode estar ouvindo mais do que deveria. E isso pode ser um grande problema

Mas então, como se proteger? Primeiro, é essencial revisar as configurações de privacidade. Nos aplicativos dos assistentes, há opções para desativar o armazenamento de gravações e impedir que os áudios sejam usados para aprendizado de máquina. Também é possível excluir o histórico de voz periodicamente. No caso da Alexa, basta acessar o menu de privacidade e apagar as gravações. Já o Google permite o comando "Ok Google, excluir tudo o que eu disse hoje".

Outra medida importante é desligar o microfone quando o assistente não estiver em uso. Dispositivos como a Alexa possuem um botão físico que impede a captação de áudio.

No Google Assistant, existe a opção de desativar a ativação por voz nas configurações do aparelho.

Além disso, evitar conectar cartões de crédito e não usar os assistentes para informações sensíveis pode reduzir riscos.

Com a evolução da Internet das Coisas, é provável que assistentes virtuais se tornem ainda mais integrados ao nosso dia a dia. Mas essa praticidade não pode comprometer a segurança dos usuários. Empresas precisam ser mais transparentes sobre o uso das informações coletadas, e os consumidores devem adotar práticas que reduzam riscos. A tecnologia é uma grande aliada, mas apenas quando usada com consciência. Afinal, quem está ouvindo pode não ser apenas o seu assistente virtual.

EDUARDO PINHEIRO é consultor de tecnologia da informação

Eufrázio

DIVULGAÇÃO/ NAZCA



UM DOS EMPREENDIMENTOS da Nazca de alto padrão e características de luxo é o Singular for Life, na Praia do Canto, em Vitória

Imóveis de luxo superam os juros e aquecem o mercado

Especialistas dizem que quem compra esse tipo de imóvel não depende de crédito, como financiamento, e conta com reserva financeira

Francine Spinassé

Superando o elevado patamar das taxas de juros, o mercado dos imóveis de luxo seguem em crescimento no Estado.

Um levantamento nacional aponta que a busca por casas de luxo — acima de R$ 1,5 milhão — cresceu 19,3% em janeiro deste ano, comparado ao mesmo mês de 2024. Já entre os apartamentos, a procura aumentou 12,4%.

A pesquisa, realizada pelos portais do Grupo OLX, revela que o comportamento foi observado em todas as regiões.

O vice-presidente do Sindicato da Indústria da Construção Civil no Espírito Santo (Sinduscon-ES), Leandro Lorenzon, explicou que, no Estado, a busca por imóvel de luxo já vem em um ciclo forte desde 2021.

"As pessoas estão buscando imóveis novos, mais atualizados. Tem muita tecnologia e soluções novas. Muitas vezes, as pessoas tinham um patrimônio, mas estavam em um imóvel obsoleto. Agora, buscam algo mais moderno, que traga uma qualidade de vida melhor".

Ele explica que, por não serem pessoas dependentes de crédito, não precisam se pegar a um financiamento para comprar.

"A pessoa já tem o imóvel dela, que pode vender, ou tem uma reserva financeira. É um mercado que existe muito até em função dos lançamentos. Quando se lança novas opções, bem localizadas, as pessoas vão lá e adquirem".

O vice-presidente da Associação das Empresas do Mercado Imobiliário do Espírito Santo (Ademi-ES), Alexandre Schubert, disse que o atual cenário de juros afeta negativamente o mercado como um todo. Porém, o mercado de imóveis de luxo, em alguns locais, teve alta.

"Temos uma pequena camada da população que não depende de ir ao agente financeiro e buscar recursos para financiar um imóvel".

Outro ponto que aquece o setor é que, quando o mercado financeiro fica cheio de variáveis, quem tem dinheiro acaba optando por aportar em ativos imobiliários.

"Nosso mercado está muito volátil, principalmente em virtude do que está acontecendo nos EUA e no mundo. Por não conseguirmos entender o que vai acontecer amanhã, o investimento em imóvel traz uma garantia de proteção do dinheiro", disse Schubert.

A gerente comercial da Nazca, Simone Mozine, também apontou o cenário de crescimento da busca por imóveis de luxo. "Hoje, temos relativa instabilidade econômica no cenário nacional e internacional. O imóvel é uma moeda segura, um investimento que você nunca perde na linha do tempo".

Um dos empreendimentos da Nazca de alto padrão e características de luxo é o Singular for Life, na Praia do Canto, em Vitória, lançado em julho de 2022. Além de ser uma unidade por andar, entre os diferenciais está o ar-condicionado VRF (central), sala para motoristas e prestadores de serviços no térreo e um projeto gráfico nas garagens.

OPINIÕES



"Diante de um mercado volátil, quem possui recursos tem investido em imóvel, que garante uma segurança"

ALEXANDRE SCHUBERT, vice-presidente da Ademi-ES



"Quem tem crédito investe em imóveis. Já a classe média está esbarrando na dificuldade em obter o crédito"

LEANDRO LORENZON, vice-presidente do Sinduscon-ES

Obstáculo na compra da casa própria

O estudo também aponta que a taxa Selic é um entrave para compra da casa própria. A permanência do juro básico acima dos dois dígitos, sem perspectiva de quedas ou estabilidade, torna o crédito mais caro e difícil para a aquisição de bens.

A taxa, atualmente em 13,25% ao ano, é utilizada para balizar todas as operações de financiamento no Brasil.



OPINIÃO ECONÔMICA

TATIANE FRANCO

Mulheres na indústria

Quantas mulheres você conhece que atuam na indústria? E quantas delas estão em um cargo de liderança? A inclusão das mulheres no setor industrial não é apenas uma questão de equidade, mas uma necessidade estratégica para o crescimento e a inovação. Apesar de representarem 51,5% da população brasileira, elas ocupam apenas 20,9% dos empregos formais no setor (Rais 2022).

Por outro lado, houve avanços: a presença feminina em cargos de gestão industrial no Brasil passou de 24% para 31,8% entre 2008 e 2021 (Rais). No Espírito Santo, o índice chegou a 28% no último quadrimestre de 2024 (IBGE).

Embora esses números sejam positivos, o caminho para uma participação mais equilibrada ainda é longo.

De certo, a presença feminina é essencial para termos uma indústria mais dinâmica e produtiva. Empresas que apostam na diversidade registraram uma redução do turnover (taxa de rotatividade) e ganhos em produtividade. Características como atenção aos detalhes e habilidades colaborativas são essenciais para o sucesso organizacional e impulsionam a inovação. Ou seja, a diversidade fortalece o capital humano e a competitividade dos negócios.

No Senai-ES, acreditamos que a inserção de talentos femininos no setor passa pela qualificação. Iniciativas como o programa Mulheres na Indústria têm sido fundamentais nesse processo, capacitando-as em áreas tradicionalmente dominadas por homens, especialmente de Tecnologia da Informação (TI).

Empresas que apostam na diversidade registraram redução do turnover (taxa de rotatividade) e ganhos em produtividade

Neste mês, a instituição abre 2 mil vagas gratuitas em cursos de qualificação na área, proporcionando uma oportunidade real de inserção e crescimento no mercado de trabalho. A oferta é válida em todas as unidades do Estado e no modelo de Ensino à Distância (EAD).

Essa iniciativa e tantas outras que o Senai-ES desenvolve desde 2020 ampliam a participação feminina em setores estratégicos para o Estado e o País.

A capacitação técnica, aliada ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais, prepara as mulheres para ingressar e crescer na indústria, ocupando espaços de protagonismo.

Mas essa transformação exige um compromisso contínuo também por parte das empresas e instituições. Ao investir na qualificação profissional feminina, os negócios ampliam suas equipes com talentos qualificados e reforçam a sua capacidade de inovação e adaptação a um mercado global em constante evolução. A indústria evolui com mulheres, e a qualificação é o caminho para essa mudança.

TATIANE FRANCO é gerente executiva de Educação do Senai-ES e do Sesi-ES

PROTAGONISMO FEMININO

Mais mulheres na chefia e em cargos de alto risco

Cada vez mais funções, como movimentar carga de toneladas de peso ou manobrar um grande navio, são feitas por elas com eficiência

João Vitor Gomes

Tarefas arriscadas, que demandam habilidade técnica, são muitas vezes encaradas no mercado de trabalho como atividades masculinas. O cenário, porém, está mudando nas empresas, inclusive no Estado.

Movimentar uma carga de toneladas de peso ou manobrar um grande navio responsável por transportar mercadorias importantes para a economia local são funções que hoje são ocupadas por mulheres em indústrias e ambientes comerciais no Estado.

Essas funções incluem não só cargos de operação, como os de chefia. É o caso da Karen Ferreira Milach, de 37 anos, gerente de Área da Coqueria da ArcelorMittal, unidade Tubarão.

Primeira mulher a ser promovida a essa função na empresa, hoje ela gerencia 136 funcionários responsáveis por manter a produção do coque — uma espécie de carvão — utilizado para aquecer fornos que produzem o aço.

"São fornos que chegam a uma temperatura de 1.350°C. É uma atividade que demanda atenção e equipamentos especiais", conta.

VITOR BERMUDES/MOSAICO IMAGEM



KAREN MILACH gerencia 136 funcionários na produção do coque da ArcelorMittal, na unidade Tubarão

Há dois anos como gerente, Karen relata ter visto e participado do crescimento do número de mulheres, uma das políticas que fazem parte do planejamento estratégico da ArcelorMittal.

Hoje, 10% da equipe que gerencia diretamente são mulheres. Em 2019, eram 8%. Para os cargos de liderança em toda a empresa, o crescimento foi maior: saiu de 9% para 18% em cinco anos.

A meta do Programa de Diversidade, Equidade e Inclusão da metalúrgica é alcançar 25% de mulheres em cargos de chefia até 2030. Para que essa estratégia seja efetiva, os espaços e equipamentos precisam ser adequados ao público feminino, uma ação que está sendo feita nos últimos anos.

"Os equipamentos de proteção individual (EPIs), que não eram feitos para o corpo das mulheres, agora são", conta a gerente.

Embora reconheça que há outros avanços a serem realizados, Karen diz que as políticas já vêm surtindo efeitos positivos até nas famílias dos empregados.

"Nós, mulheres, temos o olhar do cuidado. De ligar para a família de um funcionário e saber se ele está bem. As próprias esposas vêem positivamente a liderança feminina. Daqui a alguns anos, serão as filhas dos funcionários (homens) que estarão aqui".

Habilidades valorizadas para posição de gestoras

A exigência cada vez maior por habilidades comportamentais nas empresas está mudando a percepção dos altos escalões sobre a possibilidade de colocar mulheres em cargos de liderança.

Segundo a pesquisa Work Relationship Index, feita pela empresa de tecnologia HP, 52% das líderes mulheres disseram sentir confiança em suas habilidades humanas, como empatia, comunicação e autoconsciência, em comparação com apenas 39% dos homens.

Essas habilidades acabam dando às mulheres uma posição de gestoras mais eficazes, como comenta a especialista em Recursos Humanos Eliana Machado. "Elas costumam ser naturalmente mais atentas aos detalhes, mais cuidadosas com o trabalho e na relação com o outro. Isso diferencia elas no mercado".

A inteligência emocional, ou seja, a capacidade de manter a sobriedade em situações de crise, é uma habilidade apontada pelo estudo como mais presente no público feminino.

"Em termos de habilidades humanas, essa é uma área em que as mulheres com alta inteligência emocional, aliada à competência técnica, se destacam", diz Alexa Chilcutt, professora de educação executiva na Johns Hopkins Carey Business School à revista Forbes.

As mulheres também têm se qualificado mais para se inserir no mercado de trabalho e para manter evolução consistente dentro dele. Levantamento do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), de 2022, aponta que a frequência escolar entre mulheres e homens de diferentes idades foi, em todos os casos, superior para o público feminino.

SAIBA MAIS

Políticas de igualdade

> **O PROGRAMA NÓS**, da Portocel, é outro exemplo de iniciativa que busca ampliar a representatividade e valorizar as diferenças, aumentando a participação feminina no quadro de colaboradores.

> **A PRESENÇA** feminina na gestão da empresa portuária, em Aracruz, já alcançou 50% do quadro gerencial. Entre os colaboradores, 16,2% das vagas são ocupadas por mulheres.

> **PARA AMPLIAR** a participação, o terminal segue investindo na capacitação e atração de profissionais. Em 2024, a Portocel promoveu uma roda de conversa com mulheres do Órgão Gestor de Mão de Obra (Ogmo), discutindo desafios e oportunidades na atividade portuária.

> **EM PARCERIA** com o Senai, a empresa ofereceu um curso exclusivo de Operação de Empilhadeiras para mulheres de Aracruz, incentivando a qualificação profissional e ampliando a empregabilidade feminina no setor.

Fonte: Portocel.

DIVULGAÇÃO



Navios de 200 metros

Carolina Natali Halász, de 41 anos, é supervisora de serviço de tráfego de embarcações da Vports, concessionária do Porto de Vitória.

Antes de entrar para o cargo de gestão, ela já pilotou navios de até 200 metros de comprimento, tendo subido pelo Rio Amazonas até Manaus e atracado em portos como os de Fortaleza, Suape, Salvador, Rio de Janeiro, Santos, Paranaguá e São Francisco do Sul. Formada pela Escola de Formação de Oficiais da Marinha Mercante no Rio de Janeiro, ela conta que em uma turma de 105 alunos, 30 eram mulheres.

DIVULGAÇÃO



Até 60 toneladas de carga

Renata Nunes Scarpati, de 44 anos, é operadora de equipamentos portuários na Portocel, em Aracruz, e dirige empilhadeiras que transportam até oito toneladas de produto diariamente.

Antes, Renata já foi motorista de caminhão de lixo e carreteira, levando cargas de madeira e granito de até 60 toneladas.

No Porto, Renata conta ter havido avanços. "A gente tem percebido uma visão maior para a diversidade. Há mais oportunidades para mulheres", diz ela, que foi indicada por outra mulher ao cargo.

Eufrázio

PROTAGONISMO FEMININO

Ambiente hostil é um dos desafios

Os ambientes considerados "hostis", ou não cordiais, a ideias diferentes afetam mais a relação da mulher com o trabalho e a função que desempenha do que os homens nas mesmas condições.

É o que aponta o resultado de uma pesquisa publicado em janeiro na revista científica Harvard Business Review.

De acordo com o estudo, as mulheres se sentem mais pressionadas a ficarem em silêncio e não manifestarem opiniões quando acreditam que podem ser reprimidas por "comportamentos inapropriados ao gênero", ou reação de gênero.

A pesquisa ouviu 3 mil homens e mulheres, divididos em grupos de trabalho "civilizados" — onde há um nível de respeito entre os gêneros — e os "não-civilizados". Ambos realizaram uma tarefa de exposição de ideias.

O estudo sugere que as mulheres procuram pistas sobre se um determinado grupo é seguro para compartilhar os pensamentos.

"A incivilidade pode sinalizar um risco maior, suprimindo as contribuições das mulheres", diz.

Para a psicóloga Maria Rita Sales Régis, especialista em Psicologia do Trabalho, essa falta de cordialidade no ambiente profissional não só pode ser vista no comportamento, mas também no próprio espaço físico.

"Muitas vezes, as instalações não são projetadas levando em conta a diversidade de corpos e necessidades, o que pode resultar em dificuldades de acesso e segurança", comenta.

Em setores tradicionalmente masculinos, muitas mulheres também enfrentam preconceito e resistência, o que leva a um clima de isolamento, aponta Maria.

"Essa cultura pode desencorajar a participação feminina e criar um ambiente de trabalho que não valoriza ou respeita suas contribuições", diz.

A presença de mulheres em cargos de alto risco, segundo a especialista, é uma conquista significativa, refletindo a luta por igualdade e a quebra de estereótipos de gênero.

No entanto, ela afirma que as empresas precisam investir na presentação feminina em cargos de liderança, em um esforço para não perpetuar a ideia de que esses espaços não são adequados para mulheres, o que cria um ciclo de exclusão.

ACERVO PESSOAL

"Muitas vezes, as instalações não são projetadas levando em conta a diversidade de corpos e as necessidades, o que pode resultar em dificuldades de acesso e segurança"

Maria Rita Sales Régis, especialista em Psicologia do Trabalho

ARQUIVO/AT



AMBIENTES não cordiais a ideias diferentes afetam mais a relação da mulher com o trabalho, aponta estudo

Espírito Santo tem maior diferença salarial do País

A diferença salarial entre homens e mulheres no mercado de trabalho permanece sendo um desafio no Espírito Santo, mesmo quando se tratam de cargos de liderança e gestão.

O 2º Relatório de Transparência Salarial, elaborado pelos ministérios do Trabalho e Emprego (MTE) e das Mulheres e divulgado em 2024, aponta o Estado como o que tem a maior desigualdade salarial entre gêneros do País.

Analisando 988 empresas capixabas com 100 ou mais funcionários presentes no levantamento, a diferença de remuneração entre homens e mulheres em cargos de dirigentes e gerentes chegou a 30,8%, diz a pesquisa.

No Brasil, conforme o Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (Dieese), diretoras e gerentes ganharam em média por mês R$ 6.798 em 2024, enquanto homens, nos mesmos cargos, R$ 10.126, uma diferença de R$ 3.328 mensais.

Por ano, esse valor equivale a R$ 40 mil a menos para elas.

O resultado reflete uma noção de superioridade masculina persistente nas relações de trabalho, segundo o professor de Economia Arlindo Villaschi.

"É o machismo estrutural. Precisamos conversar sobre isso, expor, discutir e as empresas terem uma conversa aberta com as funcionárias. São coisas da estrutura de poder econômica e social".

No recorte por raça, o relatório também aponta diferenças alarmantes. As mulheres negras recebem, em média, 30,6% a menos que as não negras.

SAIBA MAIS

Lei busca garantir igualdade

Desigualdade no Estado

> **A MAIOR DESIGUALDADE** salarial no Brasil ocorre no Espírito Santo

29,25% das mulheres recebem menos do que os homens, segundo levantamento realizado pelos Ministérios do Trabalho (MTE) e da Mulher.

R$3.948,15 é a remuneração média dos homens no Estado.

R$ 2.793,41 é quanto recebem, em média, as mulheres no Estado.

42,2% das empresas possuem planos de cargos e salários, no Estado, segundo o levantamento.

36,6% têm políticas de incentivo à contratação de mulheres.

35,6% adotam políticas para promoção de mulheres a cargos de direção e gerência.

29,4% adotam incentivos para contratação de mulheres negras.

24% contam com a política de incentivo para a contratação de mulheres LGBTQIAP+.

Recorte racial

> **NO RECORTE POR RAÇA**, o relatório aponta que o número de mulheres negras é superior ao de mulheres não negras nas empresas.

71.300 mulheres negras.

41.200 não negras.

> **CONTUDO**, mulheres negras recebem, em média, **30,6%** a menos que as não negras.

> **ENTRE OS HOMENS** negros e não negros, a diferença de remuneração média é de **30,7%**.

O que diz a lei

> **POR FORÇA DA LEI**, empresas com 100 ou mais empregados devem adotar medidas para garantir essa igualdade, incluindo transparência salarial, fiscalização contra discriminação, canais de denúncia, programas de diversidade e inclusão, e apoio à capacitação de mulheres.

> **A LEI FOI A PRIMEIRA** iniciativa do Executivo no primeiro ano do governo Lula, encaminhada ao Congresso Nacional em março de 2023 e aprovada em junho daquele ano.

> **DESDE A APROVAÇÃO** da lei, essas empresas precisam informar, por meio de uma declaração, seus critérios remuneratórios e ações para promover diversidade e parentalidade compartilhada, por meio do Portal Emprega Brasil.

Fonte: Governo federal

FREEPIK



LEVANTAMENTO realizado pelos Ministérios do Trabalho e da Mulher aponta que 29,25% das mulheres recebem menos do que os homens

ANÁLISE



Kátia Vasconcelos, diretora de Pesquisa e Desenvolvimento (P&D) e RH do Grupo Rhopen

Modelo até então vigente é excludente

"Se as mulheres representam 51,5% da população brasileira e têm maior nível de escolaridade que os homens — 21,3% delas concluíram o ensino superior, contra 16,8% dos homens —, como explicar uma participação na força de trabalho de apenas 53,3%, enquanto a dos homens chega a 73,2%?

Como justificar que, mais qualificadas, elas recebam, em média, 78,9% do rendimento masculino? Que a taxa de desemprego de mulheres seja de 11,8%, frente a 7,9% entre os homens?

Será porque mulheres dedicam, em média, 21,3 horas semanais ao trabalho doméstico e cuidados com pessoas, quase o dobro dos homens? Ou porque, há mais de um século, insistimos em carimbar competências com estereótipos de gênero?

O que já sabemos é que normalizamos a conquista de mulheres como uma exceção, e não como uma regra justa.

Para um mundo diferente, precisamos de práticas diferentes. Empresas devem investir em mentorias, equidade salarial e promoção de mulheres a cargos em qualquer setor, natureza e/ou nível hierárquico. Mulheres precisam fortalecer redes de apoio e de aliados e desafiar os vieses.

Não somos frágeis e nem competitivas. Somos humanas como qualquer humano e o mundo é nosso também! Homens precisam admitir que o modelo até então vigente é excludente e de baixa proteção para mulheres, e que por mais confortável que possa parecer, precisa ser alterado."

Eufrázio

COMPORTAMENTO NO TRABALHO

Justa causa por falar mal da empresa nas redes sociais

Especialistas atribuem a essa postura um dos motivos do aumento de demissões dessa natureza e de ações na Justiça Trabalhista

Rodrigo Péret

O número de demissões por justa causa aumentou no último ano, segundo levantamento da Justiça do Trabalho. Especialistas apontam que um dos motivos que mais têm causado esse tipo de demissão são as críticas de funcionários a empresas nas redes sociais.

Segundo a Justiça do Trabalho, o número de ações trabalhistas em 2024 cresceu 14,1% em relação a 2023. No Estado, o total de demissões por justa causa, em 2024, foi o maior desde 2022.

Para especialistas, essa alta se deve ao recorde de demissões por justa causa ocorridas por conta de comentários indevidos.

"O uso massivo das redes sociais tem tornado isso mais comum. A cada ano piora, porque os trabalhadores ainda não entenderam que suas publicações podem ser monitoradas pela empresa e utilizadas como justificativa no desligamento", ressalta a advogada Patrícia Leal.

Segundo a especialista, há também falta de percepção do trabalhador sobre os limites entre a liberdade de expressão e os deveres perante o empregador.

"Embora o trabalhador tenha direito de manifestar suas opiniões, isso não pode ocorrer de maneira que prejudique a empresa ou comprometa sua imagem. O ideal é que insatisfações sejam expostas em canal interno, evitando exposição pública".

Conforme o advogado Domingos Fortunato, dependendo do grau ofensivo do comentário, a conduta pode ser enquadrada como ato lesivo à honra ou à boa fama do empregador e, com isso, caracterizar falta grave, passível de demissão por justa causa, conforme o artigo 482 da CLT.

No Brasil, não existe uma regulamentação legal a respeito dos limites para postagens, declarações ou comentários sobre o empregador em redes sociais e ambientes na internet. Até por isso, muitas empresas definem regras de conduta e certos limites aos empregados nas interações em redes sociais que envolvam seu nome, marca e produtos.

O advogado trabalhista Celso Báez do Carmo Filho explica que qualquer manifestação por parte de um individuo que gere danos ou ofensas a terceiros vai acarretar sua responsabilização nos âmbitos civil e penal. "A lógica é a mesma na relação de trabalho, cabendo ainda a aplicação de eventuais sanções disciplinares nos termos da lei", explica.

"Além disso, demitir um funcionário que critica seu emprego publicamente não seria violação ao direito de expressão, mas um direito potestativo do empregador, inclusive em virtude da quebra de confiança", completa.

DIVULGAÇÃO



CELSO BÁEZ explica que qualquer manifestação que gere danos ou ofensas pode resultar em processos em âmbito civil e penal

Apostas e geolocalização para comprovar demissão

Cada vez mais a Justiça do Trabalho vem usando a tecnologia para decidir as disputas entre empregados e empregadores.

Dois exemplos ocorreram recentemente, com a manutenção de demissões por justa causa devido a acesso a sites de aposta, durante o expediente, e com a condenação de um trabalhador a pagar multa por litigância de má-fé por falsas alegações de horas extras — a fraude foi comprovada pelo geolocalizador de celular.

O avanço das apostas virtuais foi tamanho que acabou chegando ao Judiciário, junto com as demissões por justa causa. E a tendência, segundo especialistas, é que continue crescendo, uma vez que o setor de bets já movimentou algo em torno de R$ 97 bilhões só em 2023, e pode chegar a R$ 130 bilhões neste ano (34% a mais), como mostrou um levantamento da Strateg&, da PwC.

A questão dos jogos chegou aos tribunais com o caso de um trabalhador que acessava sites de apostas, sem permissão, pelo computador da empresa. A 6ª Vara do Trabalho de São Paulo acabou mantendo a demissão.

Em outro caso, o Judiciário paulista condenou um trabalhador a pagar multas por litigância de má-fé e ato atentatório à dignidade da Justiça por falsas alegações contra o empregador, pedindo horas extras. Porém, o geolocalizador do celular mostrou que o homem não tinha exercido suas funções por mais horas, pois não estava na empresa após os horários de término de expediente.

FREEPIK



GEOLOCALIZAÇÃO: apoio técnico

O juiz Régis Franco e Silva de Carvalho explicou que recorreu ao apoio técnico diante da controvérsia das alegações entre as partes. Por isso, pediu às operadoras de celular que fornecessem informações para comparação entre os horários de saída anotados no cartão de ponto e a geolocalização do celular, que mostrou que o trabalhador já estava fora da região do estabelecimento.

O juiz não só negou as horas extras como condenou o trabalhador a pagar à União multa de 20% do valor da causa por mentir em juízo e ainda 9,99% sobre o valor da causa por litigância de má-fé.

Críticas no WhatsApp

O Tribunal Superior do Trabalho (TST) rejeitou, em março do ano passado, um recurso de um trabalhador que foi demitido por justa causa após falar mal, pelo WhatsApp, da empresa na qual ele trabalhava.

A empresa provou que o empregado já tinha sofrido advertências por não cumprir normas internas, avariar cargas e fazer horas extras sem autorização. Mas a principal falta foi a publicação de mensagens de WhatsApp com afrontas ao chefe imediato e à empresa, chamada de "lixo de empresa".

As mensagens foram mostradas aos colegas de trabalho. A empresa usou como provas os "prints" de telas de celular.

DIVULGAÇÃO



FREEPIK



Ofensas no LinkedIn

Em Minas Gerais, o Tribunal Regional do Trabalho (TRT) manteve uma decisão envolvendo a demissão por justa causa de uma trabalhadora que havia difamado a empregadora na rede social LinkedIn.

A funcionária também encaminhou mensagens privadas a seus dirigentes, com o objetivo de manchar a imagem da empresa. Nem o fato de a funcionária ter usado a razão social da empresa, e não o nome fantasia, amenizou a situação.

DIVULGAÇÃO



Piada no Facebook

Um trabalhador de uma rede de supermercados do litoral de São Paulo foi demitido por justa causa após fazer um comentário em uma publicação do Facebook.

A postagem falava que produtos vencidos teriam sido encontrados no supermercado, e o então funcionário comentou: "Bem-vindo ao primeiro preço, kkk".

O mercado esclareceu que a notícia era um mal-entendido e o empregado foi demitido. Ele tentou recurso, mas o TRT de São Paulo negou. Ele ainda ficou sem receber direitos como multa de 40% sobre o saldo do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) e seguro-desemprego.

Eufrázio

COMPORTAMENTO NO TRABALHO

Indenização por crítica a empresas

Além de demitir funcionários que falam mal do trabalho, as empresas têm atuado contra clientes que usam as redes sociais para exagerar nas críticas. Isso porque comentários que "ultrapassem o limite do razoável" podem resultar em indenização à empresa.

Um caso desse tipo já aconteceu no Espírito Santo: uma cliente foi condenada a pagar uma indenização de R$ 1.500 a uma revendedora de automóveis por ter afirmado, na internet, que o dono do estabelecimento era um "caloteiro" e que o carro estava "podre".

O juiz de direito da 1ª Vara de Castelo, Joaquim Ricardo Camatta Moreira, foi quem julgou o caso. "Apesar dos problemas que ela alegou, ela extrapolou os limites. Se valeu da internet como uma forma de denegrir a imagem da empresa", escreveu o magistrado em sua decisão.

"O pedido por danos morais, caso a crítica seja exagerada, é realmente algo possível. Embora a pessoa jurídica não possua honra subjetiva, ela é titular de honra objetiva, ou seja, sua reputação, credibilidade e imagem no mercado podem ser protegidas judicialmente", explicou a advogada Patrícia Leal.

Patrícia acrescenta que a Súmula 227 do Superior Tribunal de Justiça (STJ) prevê que as empresas podem sofrer dano moral. "Mas a empresa precisa comprovar que a crítica causou efetivo prejuizo à sua imagem perante terceiros, afetando sua atividade comercial", completa.

Há ainda casos onde a indenização chega a ser próxima dos R$ 10 mil. No Distrito Federal, um cliente foi condenado a pagar R$ 9 mil por ter chamado funcionárias de uma escola profissionalizante de "doberman com pedigree e pitbull", durante um texto publicado no site "Reclame Aqui". A situação chegou a ir até a segunda instância, e a empresa venceu o processo.

Já no Maranhão, dois clientes foram condenados a pagar um total de R$ 3 mil a um restaurante por terem publicado nas redes sociais comentários negativos sobre o estabelecimento, que, segundo eles, não havia entregado um pedido.

Na ação, o responsável pelo restaurante argumentou que a falha relatada havia ocorrido devido a um problema no aplicativo de venda, que não reconheceu alguns pedidos.

Para a gerente do Grau Técnico de Cariacica, Larissa Rodrigues, o consumidor deve ter cuidado ao relatar suas experiências negativas com estabelecimentos nas redes sociais.

"Existe uma diferença entre uma crítica legitima e uma exagerada. O respeito e a transparência devem prevalecer, mesmo que a experiência não tenha sido positiva naquele local".

> "Há diferença entre crítica legítima e exagerada. Deve haver respeito"
>
> **Larissa Rodrigues, gerente do Grau Técnico de Cariacica**



DIVULGAÇÃO

ADVOGADA PATRÍCIA LEAL explica que as empresas podem entrar na Justiça contra clientes por danos morais

SAIBA MAIS

Ofensas nas redes

- **A JUSTIÇA RECONHECE** que são válidas demissões por justa causa quando um funcionário ultrapassa os limites do bom senso em mensagens on-line ou em seus perfis de redes sociais
- **SE A PESSOA OFENDER** chefes, colegas ou a própria empresa, a atitude poderá ser considerada como danos à honra da imagem para a Justiça.
- **O DOUTOR EM DIREITO** e juiz titular da 7ª Vara do Trabalho de Vitória, Marcelo Tolomei, destaca também que é preciso avaliação em cada caso.
- **ALÉM DA DEMISSÃO** por justa causa, pode caber pedido de indenização, em casos em que as ofensas sejam consideradas injuriosas, caluniosas ou difamatórias, por exemplo.

Aumento

- **SEGUNDO ESPECIALISTAS**, o aumento das demissões por justa causa está diretamente relacionado a infrações cometidas pelos colaboradores, como faltas injustificadas, descumprimento de horários, insubordinação e até mesmo o uso inadequado de ferramentas de trabalho.
- **ESSAS SITUAÇÕES**, que antes podiam passar despercebidas no modelo remoto, tornam-se mais evidentes no ambiente presencial, levando as empresas a tomarem medidas mais rigorosas.
- **DENTRO DAS DEMISSÕES** por justa causa, uma das categorias que mais cresce, segundo especialistas consultados, é a justa causa resultante de comentários indevidos do funcionário, nas redes sociais, sobre a empresa em que ele trabalha.
- **A DEMISSÃO DEPENDE** do conteúdo das publicações e de como elas afetam a imagem da empresa.
- **A REGRA É VÁLIDA** mesmo que a postagem seja feita fora do expediente, em especial quando o colaborador é facilmente identificado como funcionário da empresa.
- **CASOS DE ASSÉDIO VIRTUAL** contra colegas, como mensagens ofensivas ou vazamento de conversas privadas, também podem resultar em demissão, já que afetam diretamente o clima organizacional.
- **NO ENTANTO, AINDA QUE** as publicações possam gerar rescisão do contrato, é importante destacar que a demissão por justa causa exige provas concretas. Além disso, deve haver proporcionalidade na penalidade.
- **A EMPRESA PODE AINDA** proibir ou restringir as publicações dos seus funcionários nas redes sociais. No entanto, essa proibição precisa estar prevista em contrato de trabalho ou em política interna da empresa, e não pode ser genérica ou abusiva.
- **É NECESSÁRIO** justificar a regra por motivos razoáveis, como a proteção de informações confidenciais ou a imagem da empresa.



ARQUIVO/AT

TOLOMEI: avaliar cada caso



Orientações

- **EMBORA SE DEVA** admitir a liberdade do empregado em sua vida privada, alguns cuidados devem ser tomados ao se utilizar as redes sociais, como forma de garantir um bom ambiente de trabalho
- **É IMPORTANTE TER NOÇÃO** da exposição que uma publicação ou compartilhamento ocasiona na internet.
- **E TOMAR CUIDADO** com declarações racistas, homofóbicas, entre outras, que atentem contra a lei.

Fonte: Especialistas consultados.

ANÁLISE



Carolina Gama, psicóloga especialista em RH Estratégico

Diálogos internos fazem a diferença

Sim, um funcionário pode enfrentar consequências ao criticar publicamente a própria empresa nas redes sociais. A CLT, no artigo 482, prevê a possibilidade de demissão por justa causa em casos de "ato lesivo da honra ou da boa fama" contra o empregador.

Comentários ofensivos, difamatórios ou que comprometam a reputação da organização podem justificar uma dispensa imediata.

Além disso, mesmo sem justa causa, a quebra de confiança pode levar à rescisão do contrato. Há empresas que adotam cláusulas contratuais que proíbem manifestações públicas negativas.

No fim das contas, fazer um desabafo nas redes sociais pode ser um tiro no pé. O que poderia ser resolvido internamente e ajudar o profissional até a se destacar frente aos colegas, pelas sugestões, acaba se tornando um problema sério, usado contra ele. Se líderes, colaboradores e RH souberem conduzir estas conversas e construir um ambiente favorável, os ganhos serão extraordinários.

Esse cenário tem se intensificado por diversos fatores, como uma legislação que ainda não acompanha as transformações do mundo digital, líderes que não oferecem espaço para conversas fundamentais e colaboradores que se sentem lesados em suas individualidades e expectativas de carreira. Cada um tem sua verdade e seus motivos.

Quando há espaço para diálogo dentro da empresa, todos ganham: colaboradores, líderes, clientes e a própria organização. Afinal, críticas bem direcionadas geram evolução, não demissões.

Eufrázio

Política

E-MAIL: politica@redetribuna.com.br

FOTOS: AGÊNCIA CÂMARA



DEPUTADOS FEDERAIS Josimar Maranhãozinho, Pastor Gil e Bosco Costa denunciados pela Procuradoria-Geral

Maioria para tornar réus deputados do PL

Maioria dos ministros da 1º Turma do STF votou para aceitar a denúncia contra três acusados de corrupção e organização criminosa

BRASÍLIA

Com voto da ministra Carmén Lúcia, ontem, a Primeira Turma do Supremo Tribunal Federal (STF) formou maioria para tornar réus os deputados Josimar Maranhãozinho (PL-MA) e Pastor Gil (PL-MA), além do suplente de deputado Bosco Costa (PL-SE), por corrupção pelo uso indevido de emendas parlamentares.

Além de Cármen Lúcia, os ministros Alexandre de Moraes e Cristiano Zanin, que é relator do caso, também votaram a favor de aceitar a denúncia ofertada pela Procuradoria-Geral da República (PGR), que aponta que o trio cobrava uma propina de 25% dos recursos destinados para o município de São José de Ribamar, na Região Metropolitana de São Luis, capital maranhense.

Os parlamentares negam irregularidades no direcionamento dos recursos. As defesas pediram ao STF a rejeição da denúncia por falta de provas.

Os ministros Flávio Dino e Luiz Fux, que completam a Primeira Turma, ainda não apresentaram seus votos. O julgamento corre até a próxima terça-feira no plenário virtual do STF.

Segundo a denúncia da PGR, baseada em investigação da Polícia Federal (PF), os três parlamentares teriam pedido propina de R$ 1,66 milhão em troca de R$ 6,67 milhões destinados ao município na área da saúde.

Entre as provas coletadas pela PF, estão conversas em que os deputados mencionam reuniões para cobrar pagamento de comissões, além da organização de agendas com autoridades do governo do ex-presidente Jair Bolsonaro (PL).

Em outubro do ano passado, a PF encontrou, no celular de Maranhãozinho, uma troca de mensagens com os outros dois deputados e também com o empresário Josival Cavalcanti da Silva, o Pacovan, sobre a negociação de emendas para o município.

A investigação que levou à denúncia dos parlamentares é um desdobramento de uma operação iniciada no Maranhão em dezembro de 2020. Na ocasião, um prefeito do estado denunciou à PF que Pacovan cobrava propina e dizia que atuava para parlamentares.

A Polícia Federal apreendeu, entre os papéis desse investigado, uma lista com nomes dos parlamentares denunciados.

Moraes envia manifestação da defesa de Bolsonaro à PGR

O ministro do Supremo Tribunal Federal (STF) Alexandre de Moraes encaminhou ontem à Procuradoria-Geral da República as defesas do ex-presidente da República Jair Bolsonaro e de outros acusados em investigação sobre tentativa de golpe de Estado.

Ao todo, foram cinco denúncias contra 34 pessoas. Entre outros crimes apontados estão a tentativa de abolição violenta do Estado Democrático de Direito e organização criminosa. Os advogados negam a participação dos investigados no planejamento e atos preparatórios de um eventual golpe.

O Supremo pede que a PGR avalie os argumentos das defesas e emita seu parecer em cinco dias úteis. O prazo começa a contar amanhã e termina na sexta-feira.

MARCELO CAMARGO/AGÊNCIA BRASIL - 2/02/2025



MORAES: parecer da Procuradoria

Bolsonaro e os demais denunciados tinham até quinta-feira para enviarem suas defesas prévias ao STF. As defesas montaram forças-tarefa para analisar os autos e preparar sua argumentação.

Os advogados afirmaram que a tese da acusação "não faz qualquer sentido". Um dos argumentos da defesa do ex-presidente é o de que, se ele quisesse dar um golpe, Bolsonaro poderia ter trocado os comandantes das Forças Armadas para obter apoio dos militares

COLUNA DO ESTADÃO

POR ROSEANN KENNEDY, EDUARDO GAYER E AUGUSTO TENÓRIO | colunadoestadao@estadao.com

Escolha de Gleisi porque "quem não debandou vai debandar"

O presidente Lula (PT) iniciou as discussões da reforma ministerial para melhorar a relação do governo com sua base aliada no Congresso. Mas o diagnóstico das pesquisas neste início de ano deixou claro: Lula e seu governo não estão bem. Consequentemente, a conversa com o Centrão — grupo sem coloração partidária que sempre ocupa cargos no governo — ganhou outro rumo e limitou as opções do petista.

Prova disso foi a escolha de Gleisi Hoffmann (PT) para a Secretaria de Relações Institucionais. Lula escolheu Gleisi porque está vendo "quem não debandou ainda vai debandar". A conclusão circula entre as principais lideranças do Centrão. Restou a Lula agarrar-se à mais aguerrida das petistas e ao seu partido, único que ainda garante fidelidade ao Presidente.

ANZOL... Presidente da Associação Brasileira das Indústrias de Pescados (Abipesca), Eduardo Lobo afirmou à Coluna que a decisão do governo Lula de zerar a tarifa de importação da sardinha vai "quebrar a indústria nacional" de conserva e vai ser inócua para o consumidor.



SINAIS PARTICULARES. Eduardo Lobo, presidente da Abipesca

KLEBER SALES/ESTADÃO

...NA LATA. A taxa de importação atual do pescado é de 32%, a maior na lista de alimentos com impostos cortados pelo governo. Por outro lado, a inflação da sardinha foi de menos de 1,5%, em 2024, pelos dados do IPCA. "O governo tomou a medida sem base, sem consultar o setor. Vai só quebrar o setor e inundar o mercado de sardinha asiática."

PESO. Lobo afirma que o faturamento da indústria de conserva se deve em 75% à sardinha que, diferentemente de outros pescados, não costuma ser vendida congelada ou fresca, mas enlatada. Ele calcula que marcas tradicionais podem ser aniquiladas.

BASTA! A presidente da Comissão de Esporte do Senado, Leila do Vôlei (PDT-DF), apresentou na última sexta-feira, um voto de repúdio contra o clube Cerro Porteño e sua torcida, após as ofensas racistas aos jogadores Luighi e Figueiredo, do Palmeiras. O voto será analisado esta semana. Se aprovado, será enviado formalmente ao clube paraguaio.

REINCIDÊNCIA. Leila afirmou que atletas do Palmeiras também sofreram agressões racistas em confrontos com o Cerro Porteño em 2022 e 2023, sem que a Confederação Sul-Americana de Futebol (Conmebol) ou o clube paraguaio adotassem medidas.

REFORÇO. Na Assembleia Legislativa de São Paulo, foi o deputado Lucas Bove (PL) que protocolou uma moção de repúdio. "Atitudes discriminatórias como essas não apenas afetam profundamente as vítimas, mas também mancham a integridade do esporte e da sociedade", ressaltou.

UNIÃO. Dois representantes da Confederação Israelita do Brasil (Conib) farão neste ano um intercâmbio de combate a atividades extremistas, coordenado pela Liga Antidifamação (ADL, em inglês). A entidade é a principal organização internacional de combate ao discurso de ódio.

APOIO. "Ao unir forças com uma organização tão proeminente, buscamos fortalecer o combate ao crescente antissemitismo no Brasil, promovendo a segurança e o bem-estar da comunidade judaica brasileira", afirmou à Coluna o presidente da Conib, Claudio Lottenberg.

RAFAEL NASCIMENTO/MINISTÉRIO DA SAÚDE



CLICK. Alexandre Padilha (Relações Institucionais) em uma reunião de transição com técnicos e autoridades no Ministério da Saúde, pasta que o médico vai voltar a comandar a partir da próxima segunda-feira.



PRONTO, FALEI!

"Firmar acordo de não persecução penal em crimes como 'rachadinha' (caso confessado por Janones) reforça tese de que o crime compensa no Brasil"

ALESSANDRO VIEIRA, senador (MDB-SE)

Eufrázio

Política

PLENÁRIO



POR EDUARDO MAIA | plenario@redetribuna.com.br

Câmara mais perto do Centro

Presidente da Câmara de Vitória, Anderson Goggi (PP), assim que assumiu a liderança da Casa no começo do ano, já havia dito, em primeira mão à coluna, que tinha intenção de que a sede do Legislativo da capital mudasse de endereço.

Agora, o debate para que isso aconteça está avançando. Nos bastidores, Goggi avalia dois locais: área do estacionamento da Igreja Batista, localizada na avenida Beira-Mar; e o Edifício Jerônimo Monteiro, onde funcionava a Caixa Econômica Federal. As conversas para que a nova sede seja construída próxima à igreja foram iniciadas, mas não houve muito avanço. Já a respeito da antiga sede da Caixa, já foi iniciado diálogo com o governo federal, que é dono do imóvel.

O que parecia ser um sonho dos vereadores começa a virar possibilidade real. Mudança seria por conta da falta de espaço adequado e condições precárias do prédio atual.

* * *

Recursos e objetivos

Possibilidade é de que a provável nova sede seja bancada com uma parceria público-privada, por exemplo. Goggi e os vereadores avaliam que se a Câmara de Vitória começar a funcionar no Centro, em princípio, seriam mais de 600 pessoas transitando diariamente no local, fazendo com que a região passe por uma revitalização.

Por trás do "treinão"...

Filho do ex-prefeito Sergio Vidigal (PDT), Serginho Vidigal Jr. (PDT) vai participar hoje, ao lado do prefeito Weverson (PDT), de um "treinão". Vão inaugurar a nova ciclovia da Paulo Pereira Gomes em um pedalaço. Dias atrás, Serginho gravou vídeo falando da possibilidade de a Serra ter uma ZPE própria. Está cada vez mais perto da política. 2026 é logo ali.

* * *

REDES SOCIAIS



Sardinha para "dar gás"

Governador Casagrande (PSB) continua com seu tradicional quadro "sextou, mas não sextarei", onde apresenta receitas de café da manhã. Apreciou pão com molho de sardinha, que servirá de reforço para as agendas deste final de semana: visita ao Noroeste e corrida de rua em Iconha.

Oficializou

Prefeito de Barra de São Francisco, Enivaldo dos Anjos (PSB) se reuniu ontem com diversas lideranças do Norte do Estado para tratar de fortalecimento regional, Amunes, e eleições de 2026.

Aproveitou encontro com diversos vereadores para oficializar sua campanha à presidência da Amunes e endossar apoio à candidatura de Ricardo Ferraço (MDB) ao governo. Cabe lembrar que Enivaldo também se coloca como opção ao Senado.

* * *

Deputadas atuam por equidade

Dos 30 deputados, apenas quatro são mulheres — Iriny Lopes (PT), Janete de Sá (PSB), Raquel Lessa (PP) e Camila Valadão (Psol) —, o que não chega a 14% de representação feminina na Assembleia. O número ainda é pequeno, mas já aumentou em relação à legislatura passada, quando eram apenas três.

No mês da mulher, o objetivo das quatro parlamentares é que esse número possa ser ainda maior nas próximas legislaturas.

GALERIA

EX-PREFEITO DE CASA NOVA

O ex-prefeito de Cariacica Juninho vai voltar à vida político-partidária. E ele já decidiu o partido ao qual vai se filiar: o PP, do deputado federal Josias Da Vitória. A construção da entrada de Juninho na legenda contou com a participação do atual prefeito, Euclério Sampaio (MDB).

EX-PREFEITO DE CASA NOVA II

Segundo Juninho, não há pretensão de disputar a próxima eleição. O presidente do PP em Cariacica, Sandro Locutor, disse que é um momento de articulação: "Todos são bem-vindos. Isso acontece em um momento de articulações e composições importantes, e como foi um pleito do prefeito Euclério junto à executiva estadual, eu como presidente acato, em virtude de fazer parte de um projeto maior do grupo ao qual eu pertenço".

ATENÇÃO, ELEITOR!

Tribunal Superior Eleitoral (TSE) anunciou que quem não votou nas últimas três eleições deve regularizar a situação até 19 de maio junto aos cartórios eleitorais.

Logo vai lhe faltar liberdade, diz Gleisi

A futura ministra do governo Lula rebate nas redes sociais a fala de Bolsonaro e diz que ainda "falta espelho" para o ex-presidente

CLÁUDIO REIS/ AGÊNCIA ESTADO – 25/02/2025



GLEISI deixará a presidência do PT depois de assumir cargo no governo

BRASÍLIA

A nova ministra das Relações Institucionais, Gleisi Hoffmann, rebateu ontem, nas redes sociais, ao comemorar o Dia Internacional da Mulher, falas machistas da última sexta-feira do ex-presidente da República Jair Bolsonaro (PL).

Bolsonaro foi gravado afirmando considerar mulheres que apoiam o PT como "feias" e "incomíveis". Depois das falas misóginas, ele e os demais presentes aparecem rindo.

"Aquelas que o inelegivel chamou de 'feias' e outras palavras impublicáveis, expondo o machismo e a misoginia da extrema-direita que ele representa. Lhe falta espelho! E logo lhe faltará liberdade", disse Hoffmann.

Também ontem, o ministro do Supremo Tribunal Federal (STF) Alexandre de Moraes encaminhou à Procuradoria-Geral da República (PGR) as defesas de Bolsonaro e de outros acusados em investigação sobre tentativa de golpe de Estado e outros crimes, incluindo organização criminosa.

Na publicação das redes sociais, a nova ministra também falou sobre a presença das mulheres no PT. "Fico muito orgulhosa de ter presidido um partido em que as mulheres exercem 50% de todos os cargos de direção. O primeiro partido no Brasil em que a paridade de gênero foi efetivada", apontou a nova ministra.

Gleisi deixará a presidência do partido após assumir a Secretaria de Relações Institucionais (SRI). Sua posse está marcada para amanhã. Ela assumirá o cargo de Alexandre Padilha, que vai para o Ministério da Saúde.

POSTAGEM

Bolsonaro criticou mulheres de esquerda, especialmente filiadas ao PT, em um vídeo postado por seu filho 04, o vereador por Balneário Camboriú Jair Renan Bolsonaro (PL-SC), nos stories do Instagram.

A fala foi feita durante o feriado de Carnaval e aconteceu em uma reunião do ex-presidente com aliados em sua casa em Angra dos Reis, no Rio de Janeiro.

"Você pode ver, não tem mulher bonita petista. Só tem feia. Às vezes, acontece quando estou no aeroporto, alguém me xinga. Mulher, né? Olho para a cara dela e nossa, mãe. Incomível", disse no vídeo, arrancando risadas de outras pessoas presentes.

Janja é alvo de 74 requerimentos na Câmara a mais que Michelle

A primeira-dama Janja já é alvo de 74 requisitos a mais do que Michelle Bolsonaro na Câmara Federal. Juntas, elas motivaram 96 propostas de deputados federais.

De janeiro de 2023 a fevereiro de 2025, pouco menos de dois anos para o fim do mandato do presidente Lula (PT), Janja foi alvo de 85 requisitos protocolados na Casa.

Os deputados do PL são responsáveis por 54 desses requisitos. Além de ser o maior partido da Câmara, é a sigla do ex-presidente Jair Bolsonaro.

Quem mais enviou requerimentos foi Evair de Melo (PP-ES). Ele é autor de 16 requisitos e assinou quatro pedidos feitos em bloco pelo líder da Oposição na Câmara, Luciano Zucco (PL-RS).

Lula indica advogada para o Tribunal Militar

O presidente Lula (PT) indicou ontem a advogada Verônica Abdalla Sterman, de 40 anos, para exercer o cargo de ministra do Superior Tribunal Militar (STM). A indicação foi publicada em edição extra do Diário Oficial da União.

A indicada do Presidente precisa ser sabatinada e ter o nome aprovado pelo Senado para assumir cargo no tribunal superior que julga crimes militares previstos no Código Penal Militar (CPM).

Atualmente, o STM tem apenas uma ministra mulher. Maria Elizabeth Rocha também foi indicada por Lula, em 2007. Ela é a primeira ministra a compor o tribunal e também a primeira mulher eleita para ser presidente do tribunal.

A advogada substituirá o ministro José Coêlho Ferreira, que vai se aposentar em abril.

Verônica Sterman já foi defensora do ex-ministro das Comunicações e do Planejamento, Paulo Bernardo, e da presidente do PT, indicada à ministra das Relações Institucionais, Gleisi Hoffmann (PT-PR), em casos relacionados à Operação Lava a Jato.

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



VERÔNICA com Janja e Lula

Eufrázio

PAINEL

Remendo

Integrantes da Construindo um Novo Brasil contam com Lula para evitar um racha na corrente do PT, que ditou nos últimos 20 anos a linha moderada e pragmática do partido. Hoje, é quase certo o lançamento de uma candidatura contrária à de Edinho Silva, apoiado por lideranças como os ministros Fernando Haddad e Alexandre Padilha e o ex-ministro José Dirceu. Ele enfrenta oposição de um grupo que reúne Gleisi Hoffmann, o líder do governo, José Guimarães, e o deputado Jilmar Tatto, entre outros.

Fuzuê

Uma possibilidade que vem sendo citada é surgir um nome de consenso, bancado por Lula. A hipótese era considerada distante, mas pode crescer, para evitar uma divisão traumática. Tamanha é a animosidade que a CNB vem sendo chamada por alguns no partido de Construindo um Novo Barraco.

Dedicatória

Vice-presidente do PT e prefeito de Maricá (RJ), Washington Quaquá entregou a Lula na última quinta-feira seu livro "Diálogos com a Utopia", em que defende que a esquerda dê menos importância a questões comportamentais. O encontro mostra que o dirigente mantém intacto seu prestígio com o presidente, apesar de uma série de polêmicas nas quais se envolveu recentemente. Uma delas foi receber em casa parentes dos irmãos Chiquinho e Domingos Brazão, investigados como mandantes do assassinato de Marielle Franco.

Megafone

A Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil (CTB), ligada ao PCdoB, coloca em dúvida a realização de um ato unificado de 1º de Maio com outras centrais. "Se a CUT (Central Única dos Trabalhadores) indica uma atividade no ABC e a Força Sindical no Campo de Bagatelle, temos um imbróglio a ser resolvido", diz o presidente da entidade, Adilson Araújo. As seis maiores centrais tentarão um acordo em reunião nesta semana.

Top gun

A Justiça Federal do Distrito Federal anulou a punição da Marinha contra um militar que divulgou em um grupo de WhatsApp foto de um caça americano F-35 que fez um pouso de emergência em São Pedro da Aldeia (RJ), em maio de 2024. O capitão de mar e guerra Marcos Roberto Cavalcanti Sales diz ter recebido a imagem de um colega sem orientação para que não fosse compartilhada. Ele teve o conceito rebaixado por divulgar material sensível e perdeu possível promoção a almirante.

Alívio

A juíza Adverci Abreu considerou que nem a Marinha considerava que a imagem estava sob sigilo. O militar comemorou a decisão e diz que ela corrige uma injustiça. A Marinha não quis comentar.

Publicação simultânea com a Folha de São Paulo

Críticas por celebrar salário de servidores

BELO HORIZONTE

O governador Romeu Zema (Novo) foi às redes sociais na última sexta-feira celebrar o pagamento em dia aos servidores públicos do Estado, mas recebeu críticas nos comentários da publicação no X (antigo Twitter).

Na postagem, o chefe do Executivo mineiro ainda criticou a gestão do ex-governador, Fernando Pimentel (PT).

"'Sextou' com S de Salário na conta dos servidores de Minas. Pagamento em dia é obrigação, que por anos outros não fizeram. São 43 meses honrando esse compromisso", escreveu Zema. "Enquanto o governo (do) PT atrasava, parcelava e dava calote, aqui a gente trabalha e garante o que é direito do servidor!", completou.

"Sempre a mesma ladainha. Mas reajuste que é bom, nada! Você também recebe e dia. Seus 300% de aumento!", declarou um internauta nos comentários da postagem. "O senhor tá se escorando nesse pagamento de salário em dia todo mês pra ter o que falar. Já deu", criticou outra pessoa no X.

Apesar das críticas, houveram também internautas que elogiaram a publicação do governador de Minas. "Parabéns Governador, embora alguns achem que não deveria falar sobre isso provavelmente são os mesmos que outrora ficavam 3 a 4 meses sem receber", defendeu um internauta.

ALLAN CALISTO/ AGÊNCIA ESTADO - 03/02/2024



ZEMA publicou sobre pagamento



CLÁUDIO HUMBERTO

www.claudiohumberto.com.br | redacao@diariodopoder.com.br

> "O governo segue atropelando o arcabouço fiscal"

Senador Rogério Marinho (PL-RN) sobre a Medida Provisória de Lula para usar verbas do fundo Pré-Sal

Deputados já têm 24 milhões de reais em ressarcimentos

O ano legislativo ainda não começou oficialmente na Praça dos Três Poderes, mas não diminuiu o ritmo de despesas com o dinheiro do pagador de impostos. Na Câmara dos Deputados, já foram torrados mais de R$ 24,1 milhões em "ressarcimento de despesas" usando a Cota de Exercício da Atividade Parlamentar, o "cotão". Eles apresentam nota de todas para ressarcimento de despesas que vão do pão de queijo na padaria a jantares caríssimos e aluguel de carros, aviões e até lanchas.

Tem muito mais

Cada deputado recebe verba de gabinete mensal de R$133 mil por mês, além de auxílio-moradia (ou imóvel funcional) e salário de R$ 46.400.

Na nossa conta

São acrescidos até R$ 50 mil por mês de cotão a salários de deputados de Estados mais distantes de Brasília, como o Acre ou Roraima.



Campeã

A deputada **Antônia Lúcia** (Republicanos-AC) é quem mais levou ganha no cotão em 2025: R$ 114.400, dos quais R$ 110 mil só em sua "divulgação".

Prata

Geraldo Resende (PSDB-MS) é o segundo colocado entre os 513 deputados federais com os gastos do cotão: R$ 113,8 mil.

Dengue: governo Lula é negligente, diz senador

Para o senador e médico Dr. Hiran (PP-RR), o recorde de 6,5 milhões de casos e 6 mil mortes decorrentes da dengue no Brasil, no ano passado, é reflexo da desorganização no Ministério da Saúde que culmina com a troca de ministros, após a demissão de Nísia Trindade. Sem contar diz ele, "a falta de comprometimento do governo na reestruturação da Funasa, o que evidencia total negligência em relação ao problema". Acha a Funasa essencial no combate a endemias em municípios menores.

Recorde em mortes

O deputado Osmar Terra (MDB-RS), que também é médico, ressalta que o governo Lula bateu recorde mundial de mortes por dengue em 2024.

Saída existe

Terra estranha tantas mortes mesmo com o governo de posse da vacina, a QDenga, eficaz para todos os quatro sorotipos da doença.

Dados novos

O Ministério da Saúde atualizou casos da dengue em 2025. Nas primeiras 9 semanas registrou queda de 69% em relação a 2024.

Senado sem futuro

Rodrigo Pacheco matou a Comissão Senado do Futuro, criada para discutir "grandes temas e o futuro", a fim de criar a Comissão de Defesa da Democracia, para que ele possa dar palpites sobre variados temas.

Comida ainda mais cara

A maior agência de notícias do mundo Reuters destaca que o Brasil se prepara para enfrentar aumento ainda maior nos preços dos alimentos com o embate EUA x China e o Dólar valorizado em relação ao Real.

Mais deputados

A ordem do STF para a Câmara adequar vagas de parlamentares ao novo censo fez ganhar força a ideia de expandir o total de deputados de 513 para 527, já que a Constituição diz que a "representação já fixada" não pode ser reduzida. Presidente da Casa, Hugo Motta (Republicanos-PB) apoia.

Covardia no racismo

É constrangedora a omissão covarde do governo e da CBF nos casos de racismo contra nossos jogadores nos países vizinhos. A CBF não tem a dignidade de cobrar da Conmebol ou deixar seus torneios, como deveria.

Explica, ministro

Damares Alves (Republicanos-DF) quer convocar o ministro Camilo Santana (Educação) para explicar doação suspeita de R$ 35 milhões do "Pé-de-Meia" a organismo internacional: "precisa vir logo ao Senado se explicar".

Todo mundo vê

"(O governo Lula) acha que consegue esconder o elefante sob o tapete" denunciou Rogério Marinho (PL-RN) sobre Lula editar medida provisória para o governo obter acesso aos bilhões do Fundo Social do Pré-Sal.



Idos de março

Afastado do cargo por motivos de saúde desde 3 de janeiro, logo após a posse, o prefeito reeleito de Belo Horizonte, **Fuad Noman (PSD/foto)**, prorrogou a licença médica por mais 15 dias, informa o boletim médico.

200 anos

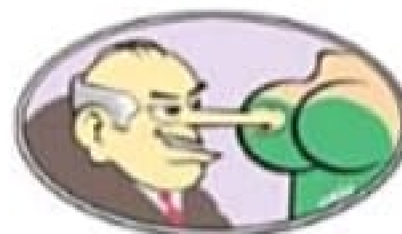
Após os EUA, o México se tornou o segundo país a reconhecer a independência do Brasil, em 9 de março de 1825. Em julho daquele ano, a Argentina reconheceria a independência brasileira formalmente.

Pensando bem...

..."drástico" seria fazer um bom governo.

PODER SEM PUDOR

Tancredo e Fafá



Na campanha das diretas, em 1984, o governador mineiro Tancredo Neves comparecia aos comícios sempre acompanhado do chefe do gabinete militar, o coronel PM Paulo Duarte. Certa vez, em Fortaleza, à saída do palanque, o cuidadoso coronel meteu Tancredo dentro do carro e, ao perceber que, perto, a cantora Fafá de Belém tentava se livrar do assédio dos fãs, empurrou-a também para o interior do automóvel e mandou o motorista partir em disparada. Encontraria o carro adiante, estacionado. Tancredo e Fafá conversavam, às gargalhadas. Tancredo abriu o vidro: "Coronel, se o senhor não fosse da PM, eu lhe promovia a general!"

Colaboram: Rodrigo Vilela e Tiago Vasconcelos

a TRIBUNA

ASSINE A TRIBUNA



CLASSIFÁCIL

PARA ANUNCIAR 3323-6333

VITÓRIA-ES, DOMINGO, 09/03/2025

1 IMÓVEIS COMPRA E VENDA · 2 IMÓVEIS ALUGUEL · 3 TERRENOS SÍTIOS E FAZENDAS · 4 NEGÓCIOS DIVERSOS · 5 SERVIÇOS PROFISSIONAIS · 6 EMPREGOS RECRUTAMENTO · 7 ESPORTES TURISMO E LAZER · 8 VEÍCULOS TODAS AS MARCAS · 9 COMUNICADOS FÚNEBRES

IMÓVEIS COMPRA E VENDA

VITÓRIA

JARDIM CAMBURI

Aptos 2 quartos

ATLÂNTICA VILLE
2Q.Var,Elev,6ºAndar 280-Mil,2Q.350/400Mil,2Q. Elev 580Mil.(27)99249-2868 C/1000

VILA VELHA

NOVA ITAPARICA

Aptos 2 quartos

LANÇAMENTOS
Temos Apt°s em Sta Mônica, N.Itaparica, Jockey e Jd.Colorado a partir de R$198mil, ac.carro. Agende sua Visita 99899-4189

CARIACICA

OUTROS BAIRROS

Outros

Vista Dourada Terreno 300m escriturado R$ 60 mil .50 mil de entrada + R$10 mil até 60 dias tel. 99849-8173

NEGÓCIOS DIVERSOS

DIVERSOS

CONFECÇÕES

COMPRO Roupas novas e usadas Fem/Masc/Infant 998449527/32019161 Hor. Comercial

SERVIÇOS PROFISSIONAIS

SERVIÇOS PROFISSIONAIS

DETETIVES

DETETIVE MONTENEGRO Investigações e Cursos 99973-2302 /99974-6578

ADVOGADOS

DEFESAS CRIMINAIS - Inq., defesas/proc, recursos. Etc. Zap 27 99985-7894

ESOTÉRICOS

Catarina de Oxum joga carta e búzios faz e desfaz trabalhos amarração p/amor. resultados rápidos e garantidos 27-999238487

ACOMPANHANTES

Lara safadnha atendo no meu Apt sozinha Colina Laranjeiras só coroa 27 999626713

JÚLIA Loirinha, est. Menininha safadinh e carinhosa J. da Penha 27-998032550

LUH Boquinh. de Mel Coroa Gordelic. mor jambo 35a. Jardim da Penha 27-997900729

EMPREGOS

PRECISA-SE

CONSTRUÇÃO CIVIL

CONTRATA-SE MONTADOR De estrutura metálica, Soldador e ajudante. Enviar currículo para nosso e-mail: metalprometalpro79@gmail.com

DOMÉSTICO

CADEIRANTE PRECISA-SE Urgente de cuidador sem expriência (27) 996707707 Tr. 2ªf

SENHOR JESUS DO BONFIM

"Senhor Jesus do Bonfim, o céu e a terra são obras de vossas mãos; o sol se obscurece ante a vossa luz e, contudo, as trevas deste mundo vos rejeitam. De braços abertos pregado na cruz, exclamastes: 'Tudo está consumado!' A vossa missão terrena chegou ao fim. Foi um bom fim porque lá, onde parecia aos olhos humanos estar findando a vossa vida, espalhava-se pelo mundo a vida da graça, do amor e do perdão para todos nós, negros e brancos, ricos e pobres. Bom Jesus, Senhor do Bonfim, esclarecei a minha crença, fortalecei a minha fé, guiai-me pelo caminho luminoso da nossa santa religião cristã. Senhor do Bonfim, atendei ao meu pedido (peça a bênção). Senhor do Bonfim, vosso sangue rega meus pecados e faz brotar deles sementes de um amor verdadeiro; vossas dores me falam de um Deus solidário com os meus sofrimentos; vossa morte por amor me indica o único caminho para uma vida feliz na eternidade. Amém".
Agradecimento à graça alcançada.

F.G.Z.

ORAÇÃO À CHAGA DO OMBRO DE JESUS

Perguntando São Bernardo ao Divino Redentor, qual era a dor que sofrera mais e mais desconhecida dos homens, Jesus lhe respondeu:
"Eu tinha uma chaga profundíssima no ombro sobre o qual carreguei minha pesada Cruz, essa chaga era mais dolorosa que as outras. Os homens não a conheceram. Honra pois essa Chaga e farei Tudo o que por ela me pedires".

ORAÇÃO

Ó amante Jesus, manso cordeiro de Deus, apesar de ser eu uma criatura miserável e pecadora, vos adoro e venero a Chaga Causada pelo peso de vossa Cruz que, dilacerando vossas carnes, desnudou os ossos de vossos ombros sagrados e da qual a vossa Mãe dolorosa tanto se compadeceu. Também eu, ó aflitíssimo Jesus, me compadeço de vós e do fundo do meu coração vos louvo, vos glorifico, vos agradeço por esta Chaga dolorosa de vosso ombro em que quisestes carregar vossa Cruz, por minha salvação.
Ó pelos sofrimentos que padecestes e que aumentaram o enorme peso de vossa Cruz, vos rogo com muita humildade, tende piedade de mim, pobre criatura pecadora, perdoai os meus pecados e conduzi-me ao céu pelo caminho da Cruz.
(Reza-se 7 Ave-Marias e acrescenta-se "Minha Mãe Santíssima, imprimi em eu coração as Chagas de Jesus Crucificado".
Indulgência de 300 dias cada vez.
"Ó dulcíssimo Jesus, não sejais meu Juiz, mas meu Salvador!"
- Indulgência de 100 dias cada vez.
N.B. - Quem quiser obter graças do Coração de Jesus, prometa espalhar esta devoção. Hoje mando imprimir milheiro destes folhetos, em ação de graça por um benefício.

NOVENA DA SANDÁLIA MILAGROSA DE SANTO ANTÔNIO

Reze durante 9 terças-feiras, 5 Pai-Nossos, 5 Ave-Marias e 5 Glória ao Pai, com uma vela acesa na mão, apagando em seguida no fim das orações. Peça 3 graças, sendo 1 considerada impossível e 2 difíceis. Quem não tiver fé se comoverá no dia do término da novena. No último dia da novena, deixe a vela queimar até o final e entregue uma cópia da mesma a uma pessoa. Publicar quando receber por uma graça alcançada.

R.M.O

SALMO 91

Aquele que habita no esconderijo do altíssimo, à sombra do Todo-Poderoso descansará. Direi ao Senhor: Ele é o meu refúgio e a minha fortaleza, o meu Deus, em quem confio. Porque ele te livrará do laço do passarinheiro e da peste perniciosa. Ele te cobra com suas penas e debaixo das suas asas encontrará refúgio; a sua verdade éZ escudo e broquel. Não temerás os terrores da noite, nem a seta que vos de dia, nem peste que ande na escuridão, nem mortandade que assole ao meio-dia. Mil poderão cair ao teu lado e dez mil à tua direita; mas tu não serás atingido. Somente com teus olhos contemplarás, e verás a recompensa dos ímpios. Porquanto fizeste do Senhor o teu refúgio e do Altíssimo a tua habitação. Nenhum mal te sucederá, nem praga alguma chegará à tua tenda. Porque aos seus anjos dará ordem a teu respeito para te guardarem em todos os teus caminhos. Eles te sustentarão nas suas mãos, para que não tropeces em alguma pedra. Pisarás o leão e áspide; calçará aos pés do filho do leão e a serpente. Pois que tanto me amou, eu o livrarei; pô-lo-ei num alto retiro, porque ele conhece o meu nome. Quando ele me invocar eu lhe responderei com ele na angústia, livrá-lo-ei e o honrarei. Com lonjura de dias fortalecê-lo-ei, e lhe mostrarei a minha salvação. Por uma graça alcançada.

R.M.S.

Tribuna Online:
o portal de notícias mais completo do Espírito Santo.

Notícias atuais sobre os mais variados assuntos com a qualidade e a credibilidade da equipe de redação da **Rede Tribuna**.



Aponte a câmera do seu celular para o **QRCode** e acesse o **Tribuna Online**

tribunaonline.com.br

Tudo feito **pra você.** @tribunaonline @tribunaonlinees

Rede Tribuna · TV Tribuna BAND · Jornal A Tribuna · Tribuna FM Vitória 99,1MHz · Tribuna FM Cachoeiro 99,5MHz · Legal FM · tribunaonline

Eufrázio



Aviso ao Público

Para melhoria de atendimento aos consumidores e ampliação das redes, a EDP avisa que será necessária a interrupção do fornecimento de energia nos seguintes horários aproximados e locais abaixo. Por medidas de segurança, solicitamos aos consumidores que considerem energizados todos os equipamentos da rede elétrica, durante o período mencionado:

QUARTA-FEIRA - 12/03/2025 - AFONSO CLÁUDIO - Das 10h00 às 16h00 - no(s) bairro(s) Piracema, na(s) rua(s) Santa Luzia e Adjacências **ALFREDO CHAVES - Das 11h00 às 17h00** - no(s) bairro(s) Cachoeirinha, na(s) rua(s) Recanto das Ilhas e Adjacências **ARACRUZ - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Cupido, na(s) rua(s) Geraldo Malaquias Pinto, Santo Antônio e Adjacências **ATÍLIO VIVACQUA - Das 12h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Santo Antônio e Adjacências **BARRA DE SÃO FRANCISCO - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Miracema e Adjacências **CARIACICA - Das 09h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Maricará, na(s) rua(s) São Jorge, Vitalino Cordeiro de Moraes e Adjacências no(s) bairro(s) Morada de Campo Grande, Residencial Morada de Campo Grande I, na(s) rua(s) Augusto Ruschi, Muniz Freire, São Cristóvão e Adjacências **Das 09h30 às 15h00** - no(s) bairro(s) Bela Aurora, Vasco da Gama, na(s) rua(s) Fernando Antônio, Ferro e Aço, Leopoldina e Adjacências **Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Bandeirantes, Vista Mar, na(s) rua(s) Alegre, Mariano Firme, Alfredo Chaves e Adjacências no(s) bairro(s) Flexal, Flexal I, na(s) rua(s) Lourival de Almeida e Adjacências **Das 10h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Bandeirantes, na(s) rua(s) Aracruz, Duque de Caxias, Linhares, São Rafael e Adjacências **CASTELO - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) São Cristóvão e Adjacências **CONCEIÇÃO DA BARRA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Novo Horizonte, na(s) rua(s) Braço do Rio e Adjacências **CONCEIÇÃO DO CASTELO - Das 09h00 às 11h00** - no(s) bairro(s) Poço Fundo, Viçosa e Adjacências **Das 13h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Boa Vista, Taquaruçu e Adjacências **DOMINGOS MARTINS - Das 08h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Alto Jucu, Araçá, na(s) rua(s) Afonso Cláudio, ES 165, Volta Peçanha e Adjacências **DORES DO RIO PRETO - Das 13h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Pedra Menina, na(s) rua(s) Furquilha do Rio, Pedra Menina e Adjacências **ECOPORANGA - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Memória, Osvaldo Cruz e Adjacências **GUARAPARI - Das 09h30 às 15h30** - no(s) bairro(s) Muquiçaba, na(s) rua(s) Francisco Furtado Pioneiro, Marcílio Dias, Santo Antônio e Adjacências **Das 10h30 às 16h30** - no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Lafayete de Souza, Manoel Gomes, Manoel Gomes Paula e Adjacências **Das 10h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) das Mangueiras, Manoel Gomes, Manoel Gomes Paula e Adjacências no(s) bairro(s) Jabaraí, na(s) rua(s) Cosme Manoel Santana, Ercília Ferreira Santana, Santa Cruz e Adjacências **IBATIBA - Das 09h00 às 11h30** - no(s) bairro(s) Santa Clara, na(s) rua(s) Principal, Promorar Santa Clara e Adjacências **IBIRAÇU - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Pendanga, na(s) rua(s) BR 101 Norte e Adjacências **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Mundo Novo, Taquaraçu e Adjacências **Das 14h30 às 18h00** - no(s) bairro(s) Pendanga, na(s) rua(s) Alto Piabas, Duas Bocas e Adjacências **IBITIRAMA - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Água Limpa, das Palmeiras e Adjacências **ICONHA - Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Virginia Velha e Adjacências **ITAPEMIRIM - Das 09h30 às 12h30** - no(s) bairro(s) Itaipava, Muritioca, na(s) rua(s) Belo Horizonte, Custódio Ferreira, Gabá Daniel e Adjacências **Das 14h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Muritioca, na(s) rua(s) Área Rural, Belo Horizonte e Adjacências **JAGUARÉ - Das 10h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Córrego Deves e Adjacências **JERÔNIMO MONTEIRO - Das 14h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Jerônimo Monteiro, Parada Cristal, na(s) rua(s) Dezessete de Abril, Aliança e Adjacências **LINHARES - Das 10h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Bebedouro, Jardim da Graça, na(s) rua(s) Benevenuto Zorzanelli, Rosa Nascimento, Luiz Marcelino da Conceição e Adjacências no(s) bairro(s) Desengano e Adjacências **Das 11h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Nova e Adjacências **Das 13h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Desengano, Baixo Quartel, na(s) rua(s) São José e Adjacências **Das 14h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Bebedouro, na(s) rua(s) BR 101 Norte, ES 440 e Adjacências **Das 14h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Chapadão, São Rafael, na(s) rua(s) Chapadão, Lagoa Nova, Nova Esperança e Adjacências **MARATAÍZES - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Baixa Bonita, Esplanada, na(s) rua(s) Vinte e Um de Abril e Adjacências **MARECHAL FLORIANO - Das 08h30 às 12h00** - no(s) bairro(s) Bom Jesus, na(s) rua(s) Taquara e Adjacências **Das 09h30 às 13h00** - no(s) bairro(s) Alto Bela Nova, Bom Jesus, na(s) rua(s) Todos os Santos e Adjacências **NOVA VENEZA - Das 11h15 às 17h15** - no(s) bairro(s) Guarabu, Perdido, na(s) rua(s) da Bandeira e Adjacências **Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Centro, na(s) rua(s) do Refrigério e Adjacências no(s) bairro(s) do Ouro e Adjacências **PEDRO CANÁRIO - Das 15h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Camatã, Camatã II, Saturnino Mauro, na(s) rua(s) Júlia Bonela e Adjacências **PINHEIROS - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Pinheirinho, na(s) rua(s) São Domingos, Itauninhas e Adjacências **PRESIDENTE KENNEDY - Das 13h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Santa Maria, na(s) rua(s) Padre José Marcos de Araújo Santos e Adjacências **RIO BANANAL - Das 10h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) São Jorge Tiradentes, na(s) rua(s) Lagrimal, Boa Esperança e Adjacências **SANTA LEOPOLDINA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Rio do Norte, na(s) rua(s) Cabeceira do Timbuí Seco e Adjacências **SANTA MARIA DE JETIBÁ - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Rio Posmoser, São Sebastião do Meio e Adjacências **SERRA - Das 09h15 às 15h15** - no(s) bairro(s) Lagoa de Carapebus, na(s) rua(s) Coleiros, Curió, dos Coleiros e Adjacências **Das 09h15 às 15h45** - no(s) bairro(s) Santo Antônio, São Judas Tadeu, na(s) rua(s) Heretiano Montarroyos, Heretiano Montarroyos e Adjacências **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Alto do Pinheiro, Itaiobaia, Pedra Azul e Adjacências no(s) bairro(s) Carapina, Planalto de Carapina, na(s) rua(s) BR 101 - Contorno, Governador Mário Covas e Adjacências no(s) bairro(s) Divinópolis, na(s) rua(s) BR 101 Norte, Governador Mário Covas e Adjacências no(s) bairro(s) das Laranjeiras, na(s) rua(s) Caiçaras, Seis e Adjacências **SÃO MATEUS - Das 09h30 às 15h00** - no(s) bairro(s) São Mateus, Bamburral, Nestor Gomes, na(s) rua(s) do Perdido, Miguel Curry Carneiro, BR 381 São Mateus x Nova Venécia e Adjacências **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) KM Quarenta e Três, Nestor Gomes, na(s) rua(s) cachoeira do Cravo, BR 381 São Mateus x Nova Venécia e Adjacências no(s) bairro(s) KM Vinte, Santa Leocádia, na(s) rua(s) da Úrsula, Miguel Curry Carneiro e Adjacências no(s) bairro(s) Nestor Gomes, Nova Aimorés, na(s) rua(s) BR 381 São Mateus x Nova Venécia, Miguel Curry Carneiro e Adjacências **Das 15h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Guriri Sul, na(s) rua(s) Domingos Duarte Santos, José de Oliveira Brinco, Octávio Borotto e Adjacências **VENDA NOVA DO IMIGRANTE - Das 09h00 às 14h00** - no(s) bairro(s) Bananeiras, Bicuíba, na(s) rua(s) BR 262 e Adjacências **Das 14h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Alto Caxixe, Caxixe e Adjacências **VILA PAVÃO - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) do Estêvão, Osvaldo Cruz, Volta Grande e Adjacências **VITÓRIA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Boa Vista, na(s) rua(s) Deputado Castelo Mendonça, Raquel Maria da Penha, Rosa de Jesus Dias e Adjacências **ÁGUA DOCE DO NORTE - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Bom Destino e Adjacências.

QUINTA-FEIRA - 13/03/2025 - AFONSO CLÁUDIO - Das 09h00 às 12h30 - no(s) bairro(s) Grama, na(s) rua(s) Maria Barros, Paulo Saleme e Adjacências **ANCHIETA - Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Olivania, na(s) rua(s) Olivania, Dois Irmãos e Adjacências **ARACRUZ - Das 09h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Planalto, na(s) rua(s) das Águias, das Araras e Adjacências **BAIXO GUANDU - Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Alto Mutum Preto e Adjacências **BARRA DE SÃO FRANCISCO - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Irmãos Fernandes, na(s) rua(s) Ametista, Deputado Fontinelli, Prefeito José Mercon Vieira e Adjacências **CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Soturno, na(s) rua(s) Cobiça, da Cobiça, Taquarinha e Adjacências **CARIACICA - Das 09h30 às 14h30** - no(s) bairro(s) Parque Nacional, Santo Antônio, na(s) rua(s) Bahia, Pernambuco, São Paulo e Adjacências **Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Parque Nacional, Santo Antônio, na(s) rua(s) Bahia, São Paulo e Adjacências no(s) bairro(s) Rocas Velhas, na(s) rua(s) Principal, Rocas Velhas e Adjacências **Das 10h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Parque Nacional, Santo Antônio, na(s) rua(s) Bahia, São Paulo e Adjacências **CASTELO - Das 10h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Independência, Pouso Alto, na(s) rua(s) Alcino Rangel, Euzira Vivacqua dos Santos, das Vistas Soberbas e Adjacências **Das 10h00 às 16h00** - no(s) bairro(s) Corumbá, São Pedro, na(s) rua(s) Pedro e Adjacências **DIVINO DE SÃO LOURENÇO - Das 14h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Patrimônio da Penha, na(s) rua(s) do Anízio, do Veadinho e Adjacências **DOMINGOS MARTINS - Das 09h00 às 14h00** - no(s) bairro(s) Biriricas, Santa Isabel, na(s) rua(s) Ponte do Jucu, Área Rural, Rio Jucu e Adjacências **Das 14h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Tijuco Preto e Adjacências **ECOPORANGA - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Dois de Setembro, Ribeirãozinho, na(s) rua(s) Ouro Preto, Santa Rita e Adjacências **FUNDÃO - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Direção, Praia Grande, na(s) rua(s) São Clemente, Senador Vergueiro, Santa Clara e Adjacências **Das 13h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Timbuí, na(s) rua(s) BR 101 Norte e Adjacências **GUARAPARI - Das 09h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Santa Mônica, na(s) rua(s) José Alves, Lindolfo Nunes, São José e Adjacências **Das 09h30 às 15h00** - no(s) bairro(s) Praia do Morro, na(s) rua(s) Beira Mar, Belo Horizonte, Juiz de Fora, Nice, Vitória e Adjacências **Das 10h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Enseada Azul, na(s) rua(s) Atlântica, Beira Mar, Manoel Pinto de Jesus, San Rafael, Viña del Mar e Adjacências **Das 10h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Acre, Manaus, Matilde de Sousa Santos e Adjacências no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) João Pereira da Silva, Manaus, Sergipe e Adjacências no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) João Pereira da Silva, Piratininga e Adjacências **ICONHA - Das 13h00 às 16h00** - no(s) bairro(s) Cachoeiro do Meio, Morro da Palha, Tocaia, na(s) rua(s) Área Rural, Morro da Palha e Adjacências **ITAGUAÇU - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Itaimbé, Palmeiras, Paraju, na(s) rua(s) Cafundó e Adjacências **ITAPEMIRIM - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Itaoca, Joacima, na(s) rua(s) Itália, Ruth Alvim Madela e Adjacências no(s) bairro(s) Itaoca, na(s) rua(s) Bonfim, Ruth Alvim Madela e Adjacências **ITARANA - Das 12h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Jatibocas e Adjacências **IÚNA - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Boa Sorte e Adjacências **JAGUARÉ - Das 14h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Palmitinho, Palmito, na(s) rua(s) Santa Luzia, Riozinho, Jaguaré e Adjacências no(s) bairro(s) Palmito e Adjacências **LINHARES - Das 11h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Rio Quartel e Adjacências **Das 14h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Bebedouro, na(s) rua(s) Jatobá e Adjacências **MARATAÍZES - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Barra do Itapemirim, Cidade Nova, na(s) rua(s) Saul Porto e Adjacências **MIMOSO DO SUL - Das 09h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) São José das Torres, na(s) rua(s) BR 101, das Flores, São Bento e Adjacências **Das 13h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) São José das Torres, na(s) rua(s) Alto Pratinha, Nova Pratinha, Vale do Paraíso e Adjacências **MONTANHA - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Cafezinho, do Café, Montanha e Adjacências **NOVA VENEZA - Das 11h15 às 17h15** - no(s) bairro(s) Rio do Norte, Santa Joana e Adjacências **Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Vermelho, na(s) rua(s) Quinze de Novembro e Adjacências **PRESIDENTE KENNEDY - Das 11h00 às 17h00** - no(s) bairro(s) São Salvador, Campo Novo e Adjacências **Das 13h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Santa Maria, na(s) rua(s) Padre José Marcos de Araújo Santos e Adjacências **RIO BANANAL - Das 10h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Santa Luzia e Adjacências **SANTA LEOPOLDINA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Pedra Preta, Rio das Farinhas e Adjacências **SANTA TERESA - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Alto São Lourenço e Adjacências **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Nova Lombardia e Adjacências **SERRA - Das 09h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Mata da Serra, Porto Canoa, Taquara I, na(s) rua(s) Porto Canoa e Adjacências **Das 09h15 às 15h15** - no(s) bairro(s) Lagoa de Carapebus, na(s) rua(s) Coleiros, Curió e Adjacências **Das 09h15 às 15h45** - no(s) bairro(s) Centro, Jardim Tropical, Santo Antônio, na(s) rua(s) dos Estudantes, da Alegria, dos Estudantes e Adjacências **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Carapina, Planalto de Carapina, na(s) rua(s) BR 101 - Contorno, Governador Mário Covas e Adjacências no(s) bairro(s) Lagoa de Carapebus, na(s) rua(s) Central, dos Coqueiros, Pica-Pau e Adjacências no(s) bairro(s) Lagoa de Carapebus, na(s) rua(s) dos Coqueiros, Filipinas, Mindanao e Adjacências no(s) bairro(s) Putiri, na(s) rua(s) Santa Júlia e Adjacências no(s) bairro(s) das Laranjeiras, São Francisco, na(s) rua(s) Aimorés, São Pedro e Adjacências no(s) bairro(s) das Laranjeiras, na(s) rua(s) Caiçaras, Quatro e Adjacências no(s) bairro(s) das Laranjeiras, na(s) rua(s) Goitacazes, Guarani, Nossa Senhora da Conceição e Adjacências **SOORETAMA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Comendador Rafael, na(s) rua(s) Comendador Rafael e Adjacências **SÃO MATEUS - Das 09h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Boa Vista, na(s) rua(s) Elias Jogaib, José Tozzi, Manoel Peçanha e Adjacências **Das 09h30 às 16h30** - no(s) bairro(s) Bom Sucesso, Vitória, na(s) rua(s) Custódio Netto da Silva, Dois, Júpiter, Urano e Adjacências **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) KM Quarenta e Três, na(s) rua(s) Joerana, Juerana e Adjacências no(s) bairro(s) São Domingos e Adjacências **Das 14h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) KM Quarenta e Três, Nestor Gomes, na(s) rua(s) da Palmeira e Adjacências **VENDA NOVA DO IMIGRANTE - Das 13h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Providência, na(s) rua(s) Pedro Cola e Adjacências **VIANA - Das 09h30 às 14h00** - no(s) bairro(s) Eldorado, Nova Betânia, na(s) rua(s) Rio Amazonas, Tupinambás e Adjacências **Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Caxias do Sul, na(s) rua(s) Antônio Golvêa, Getúlio Vargas, Maria D. Telles da Silva e Adjacências **VILA VALÉRIO - Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) São Jorge da Barra Seca, na(s) rua(s) Paraíso Novo, Valério e Adjacências **VILA VELHA - Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Morro da Lagoa, Ponta da Fruta, na(s) rua(s) Santo Antônio, Angelino Pinto do Espírito Santo, do Sol e Adjacências

A programação poderá ser alterada sem aviso prévio em virtude de fatores climáticos, regionais, entre outros, que fogem do controle da distribuidora.

Para sua segurança, mantenha distância da rede elétrica. A energia poderá ser restabelecida antes do horário previsto.

Veja o Código de Ética e a Política de Sustentabilidade da EDP no site www.edp.com.br

Central de Atendimento EDP 24 horas: 0800 721 0707

a TRIBUNA

CLASSIFÁCIL

SUA LOJINHA DE CLASSIFICADOS A TRIBUNA

VITÓRIA

Banca do Estudante* - Tel.: 3324-4737
Pç. Regina Frigeri Furno, s/nº, Jardim da Penha
(Ao lado da farmácia Santa Lúcia)

ACEITAMOS PicPay CARTÃO

Bissoli - Corretor de Imóveis -
Tel.: 9 9253.6333
Rua Joaquim R. Crystello, 25 - Loja 05, Jardim Camburi

Rio Branco - Tels.: 3345-8888 / 3225-6000
Rua Aristóbulo Barbosa Leão, 500 - loja 50,
Mata da Praia - Shopping Victoria Mall

ACEITAMOS pix

Klamss* -** Tel.: 3347-0092
Av. Cezar Hilal, 555 - térreo - Bento Ferreira,
Vitória - ES, 29050-662

ACEITAMOS pix

VILA VELHA

Pluma Classificados**
Home Office - Atendimento por telefone
Tel.: 3349-6229 / 99579-2400
E-mail - pluma.classificados@gmail.com

ACEITAMOS pix PicPay

ArtSystem* -** Tel.: 98829-2115
Av. Santa Leopoldina, 1031 - Centro Comercial
Itaparica, Loja C 01 - Coq. de Itaparica
(em frente a 1ª etapa)

ACEITAMOS pix

Classificados Glória* -** Tel.: 99293-3141
R. Stª Therezinha, esq. da Lindenberg
(Dentro da Loteria da Fé) - Glória

ACEITAMOS pix

SERRA

Jotaely Loteria* - Tel.: 3058-1024
Rua das Dálias, 42, loja 03, Feu Rosa, Serra
(Próximo a Padaria Progresso)

Horizonte Cartuchos* - Tel.: 3067-0321
Av. Brasil, 99 - Novo Horizonte - Serra
(em frente ao Supermercado Rede Vix)

Agência de Passagem Águia Branca -
Tel.: 3243-5867
Av. Abdo Saad, nº1313 - Jacaraipe - Serra
(Dentro do Supermercado Casa Grande)

ACEITAMOS pix

Central Laranjeiras -
Home Office - Atendimento por telefone
Tel.: 98868-1824 - 99812-3889

* Funciona aos sábados ** Anúncios de acompanhantes *** Anúncios de acompanhantes / funciona aos sábados

“Já encontrei”

Por que menos, se você tem CLASSIFÁCIL ? 27 3323 6333

Eufrázio

Internacional

Líder do Irã rebate ameaça de Trump: “valentões”

Americano disse que atacaria militarmente o país caso não fosse negociado o programa nuclear. Aiatolá falou em “intimidação”

KHAMENEI.IR / AP

ALI KHAMENEI durante um discurso para autoridades em Teerã. O aiatolá está no cargo de líder supremo do Irã, que é vitalício, desde 1989

TEERÃ, IRÃ

O líder supremo do Irã, aiatolá Ali Khamenei, denunciou ontem uma política de “intimidação” dos Estados Unidos, depois que o presidente americano, Donald Trump, ameaçou atacar o Irã “militarmente” se o país não negociar seu programa nuclear.

“Escrevi uma carta para eles dizendo que espero que negociem, porque se tivermos que atacar militarmente, será algo terrível para eles”, disse Trump em um trecho de entrevista no canal Fox Business transmitido na sexta-feira.

Mas o chefe da diplomacia do Irã, Abbas Araghchi, disse ontem que Teerã ainda não havia recebido nada. “Ouvimos falar sobre isso, mas ainda não recebemos nada”, respondeu a uma pergunta de um jornalista da televisão estatal.

“Alguns governos insistem na intimidação para obter negociações”, disse Khamenei em um discurso, sem mencionar Trump diretamente, nem a suposta carta que teria sido enviada pelo presidente norte-americano.

“A insistência de alguns estados valentões nas negociações não são uma forma de resolver problemas, mas sim de dominá-los, e eles querem impor sua vontade ao outro lado por meio das negociações”, acrescentou, durante discurso por ocasião do Ramadã.

O presidente Massud Pezeshkian, que é a favor de negociações com os países ocidentais para obter o levantamento das sanções, estava presente.

Em 2018, durante o seu primeiro mandato, Trump retirou-se unilateralmente de um acordo nuclear internacional que seu país havia assinado com o Irã três anos antes.

O texto previa o levantamento de algumas sanções contra Teerã em troca do controle sobre as atividades nucleares do Irã. França, Alemanha, Reino Unido, China e Rússia estão vinculados a este acordo, que agora está inerte.

Em retaliação à retirada dos EUA, o Irã gradualmente se distanciou de seus compromissos e acelerou suas atividades nucleares. Teerã defende o direito de usar a energia nuclear para fins civis, especialmente para energia, mas diz que não quer adquirir armas nucleares.

Francisco está estável e sem febre, informa o Vaticano

O Papa Francisco segue estável ??nos últimos dias e demonstra “boa resposta ao tratamento”, informou o boletim médico divulgado ontem pelo Vaticano, que pela primeira vez destaca que ele responde bem ao tratamento.

“As condições clínicas do Santo Padre permaneceram estáveis ??nos últimos dias e, consequentemente, demonstram uma boa resposta à terapia. Há, portanto, uma melhoria gradual e ligeira”, diz trecho do boletim.

O Papa permaneceu sem febre, e as trocas gasosas melhoraram. Os testes do pontífice de “hematoquímicos e hemocrocitométricos são confirmados como estáveis”.

“Esta manhã o Santo Padre, depois de receber a Eucaristia, reuniu-se em oração na capela do apartamento privado, enquanto à tarde alternou o descanso com as atividades de trabalho”, finalizou o texto.

Mesmo em estado de internação, o pontífice continua trabalhando da maneira possível. Mais cedo, a Santa Sé revelou um texto dele direcionado às mulheres. O papa disse que a sociedade deve continuar apostando nas mulheres pela sua capacidade de acolhida, generosidade e coragem e que elas devem contar com o apoio da sociedade civil e eclesial.

OPINIÃO INTERNACIONAL

JOSÉ VICENTE DE SÁ PIMENTEL

Walt e Mearsheimer

Em setembro do ano passado, o Papa Francisco aconselhou Volodymyr Zelensky a “levantar a bandeira branca” e negociar com Vladimir Putin uma saída para o conflito. Com sabedoria, acrescentou que “quando as coisas não estão indo bem, é ainda mais necessário ter a coragem de negociar”. Zelensky deve estar arrependido de ter esnobado o conselho.

A reeleição de Putin demonstrou que, bem ou mal, a guerra, desde que apresentada como o antídoto à conversão da Ucrânia em cabeça de proa da Europa, tem apoio na sociedade russa. Os dois povos compartilham uma longa história. Kiev foi a capital do império russo dos séculos IX ao XII. Tolstoi e Gogol nasceram em cidades ucranianas. A Ucrânia foi uma das quinze repúblicas socialistas soviéticas. Só em 1990, um ano depois da queda do muro de Berlim, o país conquistou sua soberania.

O esfacelamento da URSS a partir de 1991 alterou o cenário mundial. Passou-se a discutir o que fazer com a OTAN, se dissolvê-la, como se fez com o Pacto de Varsóvia, ou expandi-la. Lembro que George Kennan, o notável diplomata americano, formulador da doutrina do “containement” soviético, opunha-se à expansão, mas foi carta vencida. Em 1999, Hungria, Polônia e República Checa aderiram à Organização; em 2004, foi a vez de Bulgária, Eslováquia, Eslovênia, Romênia e, em 2008, anunciou-se que Geórgia e Ucrânia também viriam a ser membros. Foi aí que Putin fez o risco no chão.

Os cientistas políticos americanos Stephen Walt e John Mearsheimer consideram a ampliação da OTAN um erro crasso, um dos vários cometidos pela política externa dos EUA desde o fim da guerra fria. Junto com os fracassos no Afeganistão, Líbia, Iraque, Sudão – a lista é longa –, os erros decorreriam da ilusão com uma “hegemonia liberal-democrática”, que vem a ser a crença ingênua na possibilidade de exportar o modelo americano para todo o mundo. Na visão deles, a guerra na Ucrânia e a “guerra ao terror” não passaram de desperdícios de tempo e recursos.

Mearsheimer, com seu estilo direto, avaliou recentemente que a reunião de Donald Trump e J.D. Vance com Zelensky, em 28 de fevereiro, confirmou a decisão americana de conceder mais importância às relações com a Rússia do que aos laços tradicionais com a Europa. A exploração dos minerais ucranianos, prioridade americana, estaria apalavrada num acordo com Putin. Com isso, Trump deu-se por satisfeito. Ou seja, a Rússia ficará com, pelo menos, metade da Ucrânia, os europeus terão de arcar com as despesas militares para conter Putin, e tudo isso passa a ser aceitável para os EUA. Quanto a Zelensky, esse, coitado, não tem futuro.

> Os cientistas políticos Walt e Mearsheimer consideram a ampliação da OTAN um erro, um dos vários cometidos pelos EUA

Walt e Mearsheimer são baluartes do neorrealismo, ou realismo estrutural, uma corrente teórica segundo a qual a estrutura anárquica do sistema internacional e a prioridade da própria sobrevivência são os motores que levam os Estados à guerra ou à paz. Aplicando esse raciocínio às condições do mundo atual, tem-se que as relações com a China, único país com potencial para rivalizar com os EUA, e com a Ásia, epicentro do desenvolvimento econômico no século XXI, devem tornar-se, doravante, o foco principal da política externa americana. A Rússia é uma potência decadente, que não causa perigo real, e a Europa uma aliada de menor envergadura, que não compensa as despesas que acarreta. O resto é o resto.

O comportamento e as ações dos Estados são complexos demais para serem reduzidos a uma só teoria. Mas é inegável que os neorrealistas apresentam uma versão verossímil dos interesses que prevalecem no mundo atual, em que o eixo se desloca progressivamente do continente europeu para o asiático. O dilema é que, ao se concentrarem em medidas para neutralizar a China, os EUA estimularão uma reação chinesa de igual intensidade e em sentido contrário. Se a política não for conduzida com habilidade, a segurança americana, e a de seus aliados, não vai aumentar, e sim diminuir.

Ocorre que habilidade não é o forte de Trump. Sua indiferença aos direitos humanos e aos valores da democracia enfraquecem o “soft power” americano e reduzem a confiança nos EUA, e confiança é fator crucial em transições difíceis.

JOSÉ VICENTE DE SÁ PIMENTEL, nascido em Vitória, é embaixador aposentado

Eufrázio

Esportes

FALE COM A EDITORA MARIANA MELO E-MAIL: esportes@redetribuna.com.br

CAMPEONATO CAPIXABA

Alvianil e Polenteiro decidem vaga

Empate no jogo de ida deixa confronto em aberto para hoje, às 16 horas, no Olímpio Perim, em Venda Nova do Imigrante

Victor Fontes

Vitória e Rio Branco de Venda Nova entram em campo hoje, às 16 horas, no estádio Olímpio Perim, em Venda Nova do Imigrante, em busca da vaga para a semifinal do Capixabão, após o empate por 1 a 1 na última quinta-feira.

Com a igualdade da primeira partida, quem vencer se classifica. Em caso de um novo empate, a decisão será nos pênaltis.

O técnico do Alvianil, Rafael Soriano, fez uma avaliação sobre os primeiros 90 minutos.

"Foi um grande jogo. Pagamos o preço por entrarmos desatentos e tomado um gol muito cedo, mas depois controlamos as ações. Entendo que, pelas circunstâncias do jogo, o resultado não foi de todo ruim, mas, pelo que apresentamos, acredito que poderíamos ter tido um resultado melhor".

Hoje, o Vitória joga fora de casa, com a presença maciça dos torcedores da cidade do interior. Apesar disso, Soriano disse que o time manterá o DNA ofensivo, mas com equilíbrio.

"Precisamos ter muito equilíbrio, consolidar um pouco mais nossa defesa para parar de sofrer gols, e melhorar as chances que estamos criando na frente, para sermos mais efetivos e sairmos com o resultado positivo, garantindo a classificação".

Sem o atacante Tony, expulso, o treinador abordou sobre as alternativas que terá que buscar no elenco.

"A ausência do Tony é, sem dúvida, uma grande perda. Ele é o artilheiro da competição e uma referência para nós. Podemos considerar uma mudança de sistema ou até mesmo um jogador que possa improvisar na posição, já que não temos hoje alguém com as mesmas caracteristicas", revelou.

Gustavo Tonoli, autor do gol de empate do Vitória, celebrou o feito e projetou o confronto de hoje.

"Estou muito feliz pelo gol e por ter ajudado a equipe. Sabemos da dificuldade do jogo de volta, da força que eles têm no seu estádio, mas vamos motivados para buscar essa classificação. O grupo está preparado e focado para conquistar a vaga", disse.

Com relação às dificuldades, Tonoli, que é ex-jogador do Rio Branco VN, citou as dimensões do gramado do Olimpio Perim. "Sabemos que o campo é pequeno e eles já estão adaptados a jogar naquele ambiente. Mas nós estaremos focados para que possamos voltar com a classificação", concluiu.

CLARA FAFÁ/VITÓRIA FC



RAFAEL SORIANO: "Precisamos ter muito equilíbrio, consolidar mais a defesa e melhorar as chances criadas"

RIO BRANCO VN X VITÓRIA

PROVÁVEL ESCALAÇÃO

Rio Branco VN	Vitória
Pezão	Paulo Henrique
Betão	Caio Ferraz
Ruan Lopes	Abuda
Roberto Jr	Alex
Berriel	Geisandro
Jorge	Gualberto
Canário	Jonata
Major	Carlos Vitor
Marcudinho	Tonoli
Renato	Wendson
Patrick	Edinho
TÉCNICO:	**TÉCNICO:**
Leomir	Rafael Soriano

ESTÁDIO: Olímpio Perim
HORÁRIO: 16 horas
ÁRBITRO: Davi Lacerda

WAGNER CHALÓ/RIO BRANCO



JOGO DE IDA terminou com vitória do Rio Branco por 2 a 1, em Cariacica

Rio Branco visita o Capixaba hoje

Com um gol de Théo Kruger no último lance do jogo de ida, aos 55 minutos do segundo tempo, o Rio Branco venceu o Capixaba por 2 a 1 e conseguiu uma vantagem mínima para a partida de hoje.

O confronto acontece no estádio Emílio Nemer, em Castelo, às 19h30, com mando do Tubarão.

Théo, autor do gol da vitória, projetou o duelo de logo mais. "Fizemos um confronto muito difícil, truncado e traiçoeiro na quinta. Sabemos que domingo (hoje) será um desafio ainda maior devido ao campo menor", espera.

O técnico Capa-preta, Rodrigo Fonseca, também falou sobre as dificuldades que o gramado do novo palco pode impor.

"Acredito que, neste novo estádio, o jogo pode prejudicar mais o adversário, já que não será tão veloz e se tornará mais de bola dividida, bola parada e força física. Mas, de qualquer forma, temos que cumprir o regulamento. Temos que fazer um bom resultado e conquistar a classificação para a semifinal", disse.

Fonseca também fez uma análise de como pode ser a postura do Capixaba hoje.

"O adversário terá que se lançar mais ao ataque, pois está atrás de nós. Eles terão que se expor mais, e se isso acontecer, podemos aproveitar os contra-ataques, com jogadores rápidos como o Matheus (Costa) e o Cayo (Tenório). Temos essa vantagem no jogo de transição".

"Será disputado, provavelmente equilibrado, já que é o quarto contra o quinto colocado na classificação. Isso exige atenção e o equilíbrio natural das duas equipes", avaliou.

O zagueiro do Tubarão, Arthur Sanches, está confiante na reversão do placar adverso.

"Estamos vivos na competição e vamos jogar de igual para igual para buscar a classificação. nosso grupo é forte e todo mundo acredita que dá. Pode ter certeza que faremos um grande jogo", frisou.



Tribuna FM Vitória 99,1 . Tribuna FM Cachoeiro 99,9

Vitória Tribuna FM 99,1MHz
Cachoeiro Tribuna FM

Rede Tribuna · TV Tribuna · BAND · Jornal A Tribuna · Tribuna FM Vitória 99,1MHz · Tribuna FM Cachoeiro 99,9MHz · legal FM 99.5 · tribunaonline

Eufrázio

LAILA PECORARO/DESPORTIVA



JOÃO GUILHERME marcou um dos gols da vitória de 2 a 1 da Desportiva sobre o Vilavelhense, na noite de ontem

CAMPEONATO CAPIXABA

Tiva vence e confirma vaga na semifinal

Time grená derrota o Vilavelhense de novo, faz 6 a 2 no placar agregado e avança para a próxima fase do Capixabão

Victor Fontes

A Desportiva é a primeira a garantir a vaga para a semifinal do Capixabão. A classificação veio após uma nova vitória sobre o Vilavelhense, por 2 a 1, ontem à noite, no estádio Engenheiro Araripe, em Cariacica. Com a goleada de 4 a 1 no primeiro jogo, a Tiva aplicou 6 a 2 no placar agregado.

Agora, a equipe grená, que busca encerrar o jejum de nove anos sem título, espera o ganhador do confronto entre Capixaba e Rio Branco, que realizam a segunda partida hoje, às 19h30. No primeiro confronto, o time Capa-preta venceu por 2 a 1.

A FES vai anunciar as informações sobre datas, horários e locais das semifinais na terça-feira.

COMO FOI O JOGO

Com a vantagem no agregado, a Locomotiva Grená entrou em campo determinada a garantir a classificação. O time teve uma grande chance ao acertar o travessão em um chute de Alex Galo, mas viu o Vilavelhense começar melhor do que no jogo de ida.

A equipe de Vila Velha abriu o placar com um pênalti convertido por João Firmino. No entanto, antes do intervalo, a Tiva empatou também em uma penalidade, com João Guilherme. O goleiro Mallmann defendeu sua cobrança, mas o jogador aproveitou o rebote e marcou.

O primeiro tempo foi equilibrado, mas na segunda etapa, a Desportiva dominou a partida. Desde o início, o clube grená pressionou em busca do gol da vitória. Em apenas seis minutos, o goleiro Mallmann foi exigido a fazer duas grandes defesas e o time ainda acertou o travessão.

A pressão da Tiva se concretizou aos 11 minutos, quando Alex Galo finalizou com classe após uma bela tabela. Com a classificação já garantida, o técnico Rodrigo César fez substituições e a Desportiva administrou a vantagem até o apito final.

Pedro Botelho, zagueiro grená, falou sobre a emoção de garantir uma vaga na semifinal. "Estamos muito felizes. Todos sabíamos do jejum do clube de não passar das quartas de final, mas esse grupo é maravilhoso. Todos se dedicam, têm uma união muito boa e energia positiva. Agora é comemorar e, na semana que vem, continuar trabalhando forte, independente do que seja o nosso adversário".

QUARTAS DE FINAL DO CAPIXABÃO

JOGOS DE IDA

QUARTA-FEIRA (05/03): 19 horas
LOCAL: Engenheiro Araripe
VILAVELHENSE 1X4 DESPORTIVA

QUINTA-FEIRA (06/03): 18h45
LOCAL: Salvador Costa
VITÓRIA 1X 1 RIO BRANCO VN

QUINTA-FEIRA (06/03): 21 horas
LOCAL: Kleber Andrade
RIO BRANCO 2X 1 CAPIXABA

SEXTA-FEIRA (07/03): 19 horas
LOCAL: Kleber Andrade
PORTO VITÓRIA X REAL NOROESTE

JOGOS DE VOLTA

ONTEM: 17 horas
LOCAL: Engenheiro Araripe
DESPORTIVA 2X 1 VILAVELHENSE

HOJE: 16 horas
LOCAL: Olímpio Perim
RIO BRANCO VN X VITÓRIA

HOJE: 19h30
LOCAL: Emílio Nemer
CAPIXABA X RIO BRANCO

AMANHÃ: 19 horas
LOCAL: José Olímpio da Rocha
REAL NOROESTE X PORTO VITÓRIA

VISTEC
SERVIÇOS E TECNOLOGIA
• Limpeza e Conservação
• Recepcionista
• Agente de Portaria "Porteiro"
• Monitoramento Florestal
• Vigia de espaço confinado
• Bombeiro Civil
• Brigadista Profissional
27 3064.9876
www.VISTEC.com.br

DESPORTIVA 2 X 1 VILAVELHENSE

ESTÁDIO: ENGENHEIRO ARARIPE

Andrey; Arlen (Weslen), R. Rocha, P. Botelho e G. Ferreira (L. Severo); Mariano, Alex Galo (Christopher), Cássio e Zé Gatinha; V. Baiano (M. Sul) e João Guilherme (M. Paulo). **TÉCNICO:** Rodrigo César

Mallmann; Rickelmi, Douglas (Kauan), Gabriel Silva e Cristian; Amorim, Maicon (B. Paixão), Robert e João Firmino (R. Ribeiro); Peterson (M. Nascimento) e Ítalo (Fillipe Marques). **TÉCNICO:** Zé Humberto

GOLS - primeiro tempo - João Firmino, aos 27 minutos, e João Guilherme, aos 44; segundo tempo - Alex Galo, aos 14.
ÁRBITRO - Marcos Felipe Martins
PÚBLICO E RENDA - Não disponíveis

Desportiva e Serra ganham no Sub-20

O Campeonato Capixaba Sub-20 começou na última sexta-feira e Desportiva e Serra estrearam com o pé direito.

Pela primeira rodada, a Tiva derrotou o Vilavelhense por 3 a 0, com gols de Kayke, Ruan e Pedrinho. Já a equipe serrana fez 2 a 0 sobre o Vitória, com os tentos marcados por Hygor e Victor. E na maior goleada até aqui, o Sport aplicou 5 a 2 sobre o Linhares.

Na próxima terça-feira, às 15 horas, Rio Branco e Porto Vitória, atuais finalistas do torneio, encerram os jogos iniciais.

CIRCO PORTUGAL INTERNACIONAL
O SUCESSO CONTINUA
NO SHOPPING VILA VELHA
Apoio: Rede Tribuna
WWW.CIRCOPORTUGAL.COM

Eufrázio

FUTEBOL MINEIRO, PAULISTA, GAÚCHO E CARIOCA

Galo goleia e põe uma mão na taça

Atlético/MG massacra o América/MG, vence por 4 a 0 e se aproxima da conquista do hexacampeonato do Campeonato Mineiro

PEDRO SOUZA / ATLÉTICO/MG



JOGADORES DO ATLÉTICO/MG comemoram a importante vitória sobre o América/MG no primeiro jogo da final

BELO HORIZONTE

O Atlético/MG deu um largo passo rumo ao hexacampeonato mineiro ao golear por 4 a 0 o América/MG, neste sábado, no Mineirão, no primeiro jogo da final do estadual 2025.

A vantagem é muito grande para o segundo jogo, quando o time alvinegro poderá perder por até três gols de diferença para ser campeão. O jogo de volta será disputado no próximo sábado, às 16h30, na Arena Independência.

A supremacia atleticana foi total, arrancando de forma antecipada o grito de "é campeão" por parte da torcida, que lotou o estádio. Esta goleada foi construída sem a sua maior estrela, porque Hulk, com uma lesão muscular, acabou vetado pelos médicos.

O supersticioso técnico Cuca entregou a tarja de capitão ao zagueiro Lyanco, que se transformou no personagem do clássico. Aos 28 anos, ele marcou dois gols, deu um chapéu num adversário e quase marcou outro gol de bicicleta. Ex-Botafogo, São Paulo, Torino-ITA e Southampton-ING, Lyanco viveu uma tarde de muita inspiração, sendo eleito o melhor em campo. Guilherme Arana fez o primeiro gol e Rony fechou a goleada.

O Galo começou o jogo com alta intensidade na marcação, mas a partida mudou aos sete minutos, quando o goleiro Jori falhou de maneira clamorosa ao tentar defender um cruzamento de Guilherme Arana. A bola escapou entre suas pernas e entrou no gol.

A situação do Coelho piorou aos 22 minutos, quando Cauan Barros foi expulso após agredir Cuello, obrigando o técnico William Batista a fazer uma mudança defensiva, colocando o zagueiro Júlio no lugar do atacante Adyson.

O Atlético/MG, dominando a partida, ampliou sua vantagem aos 40 minutos com um gol inesperado de Lyanco. O zagueiro, após passe de Scarpa, entrou na área e tocou rasteiro, marcando o segundo gol.

No segundo tempo, o time alvinegro não deu espaço para reação e aumentou a vantagem logo aos dois minutos, com Lyanco marcando seu segundo gol na partida, após cruzamento de Gabriel Menino.

O Galo continuou a pressão e marcou o quarto gol aos 18 minutos, com Rony, que aproveitou lançamento de Rubens e venceu a defesa do América/MG. Aos 23 minutos, Rony quase fez o quinto, mas o América, sem conseguir reagir, se viu acuado, buscando apenas evitar uma goleada ainda maior.

OS NÚMEROS

4 a 0
foi o placar da goleada

2 gols
foram marcados por Lyanco

ATLÉTICO/MG 4 X 0 AMÉRICA/MG

ESTÁDIO: MINEIRÃO

Everson; Natanael, Lyanco, Alonso e Arana; Alan Franco, G. Menino (Deyverson), Rubens (C.Paulista) e G. Scarpa (Patrick); Cuello (Bernard) e Rony (Igor Gomes). **TÉCNICO:** Cuca.

Jori; Mariano, Ricardo Silva, Lucão e Marlon; Kauã Diniz, Cauan Barros e Elizari (Yago Santos); Fabinho (Jonathas), Renato Marques (Miquéias) e Adyson (Júlio). **TÉCNICO:** William Batista.

GOLS - primeiro tempo - Guilherme Arana, aos sete, e Lyanco, aos 40 minutos; segundo tempo - Lyanco, aos dois do segundo e Rony, aos 18.
VERMELHO - Cauan Barros (AMG).
ÁRBITRO - Vinicius Gomes
PÚBLICO - 47.036 torcedores.
RENDA - R$ 4.139.803,02.

Inter faz 2 a 0 no Grêmio e abre vantagem na decisão

O Inter deu um grande passo para conquistar o Campeonato Gaúcho após oito anos e ainda evitar o octa do Grêmio. Com uma excelente atuação de Alan Patrick no primeiro tempo, o Colorado venceu o Gre-Nal por 2 a 0, na tarde de ontem, na Arena, no primeiro jogo da final do Gauchão.

Os dois gols aconteceram na etapa inicial, em um intervalo de três minutos. Carbonero abriu o placar, e Alan Patrick ampliou.

O Inter chega com uma vantagem considerável para o jogo da volta, no próximo fim de semana, no Beira-Rio, enquanto o Grêmio precisará de uma virada histórica para ser campeão.

Com a vitória por 2 a 0, o time colorado pode até perder por um gol de diferença na próxima partida, e ainda assim será o campeão gaúcho de 2025. Já o Grêmio precisará vencer por três ou mais gols para conquistar o título no tempo normal, ou por dois gols para levar a decisão para os pênaltis.

RICARDO DUARTE / INTERNACIONAL



JOGADORES do inter comemoram

Timão e Santos decidem vaga hoje

SÃO PAULO

Corinthians e Santos fazem a primeira semifinal do Paulistão hoje, às 18h30, no Itaquerão. A vaga será decidida em jogo único, com definição nos pênaltis em caso de empate.

Dono da melhor campanha, o time do Parque São Jorge tem a vantagem de jogar em casa, mas chega pressionado pelo mau resultado na Libertadores. Já a equipe da Baixada visita o rival empolgada, apostando em uma exibição superior ao clássico da primeira fase.

Depois de um início de ano empolgante, o Corinthians perdeu a sequência invicta de 11 jogos ao ser derrotado pelo Barcelona de Guayaquil, por 3 a 0, no jogo de ida da terceira fase da Libertadores.

A péssima atuação da equipe, somada à necessidade de uma remontada histórica pela vaga na fase de grupos, gerou grande pressão sobre o time alvinegro, bem como no técnico Ramón Díaz.

A classificação para a final ganhou contornos de obrigação para o Corinthians, que busca evitar um clima ainda pior para o jogo da volta, na quarta-feira, 12. O time, que precisou suar a camisa para eliminar o modesto Universidad Central na fase anterior, foi a campo com uma escalação alternativa no duelo com o Mirassol, pelas quartas do Paulistão. Desta vez, a tendência é que os titulares não tenham descanso para o jogo com o Santos.

REPRODUÇÃO TWITTER



NEYMAR é craque do Santos

Do outro lado do confronto, o Santos vive lua de mel com seu torcedor. O retorno de Neymar ao clube em que despontou para o futebol não somente deu confiança aos santistas como elevou a qualidade do time, que eliminou o Bragantino nas quartas com vitória por 2 a 0. A equipe evoluiu ao longo do Estadual e chega para o clássico com a missão de surpreender o rival, teoricamente favorito.

O Santos vem de quatro vitórias consecutivas. A sequência teve início justamente depois do revés por 2 a 1 para o Corinthians. O clube tem o artilheiro do campeonato, Guilherme, que já balançou as redes dez vezes, e viu Neymar crescer de produção rapidamente.

Dupla está perto do retorno no Botafogo

RIO

Recém-contratado pelo Botafogo, Nathan Fernandes avança na recuperação de uma lesão muscular na coxa esquerda. O atacante, adquirido junto ao Grêmio em uma negociação que pode chegar a R$ 57 milhões, já iniciou a transição para os trabalhos no campo.

Ele se machucou durante o Sul-Americano Sub-20, torneio vencido pela seleção brasileira em fevereiro. Apesar da evolução no tratamento, a estreia de Nathan com a camisa alvinegra deve acontecer apenas no Brasileirão.

Com a eliminação precoce no Campeonato Carioca, o Botafogo não terá compromissos oficiais até a estreia na competição nacional. O atacante deve estar à disposição para enfrentar o Palmeiras no dia 29, às 16h30 (de Brasília), no Allianz Parque.

VITOR SILVA / BOTAFOGO



NATHAN

Outro jogador em fase final de recuperação é Bastos. O zagueiro angolano, afastado há um mês devido a uma lesão no joelho esquerdo, também avança no tratamento e pode reforçar o Botafogo na abertura do Brasileirão contra o Verdão.

Eufrázio



GILMAR FERREIRA

futebolcoisaetal@extra.inf.br

Na cola do rival

Com os 4 a 0 impostos sobre o Volta Redonda no jogo de ida da semifinal, no Maracanã, é difícil imaginar que o Fluminense ficará fora da decisão do Estadual. Por mais que o confronto desta tarde aconteça no Raulino de Oliveira, a "remontada", como gostam os espanhóis, seria algo inusitado para os padrões modernos. E, assim sendo, me permito projetar o time de Mano Menezes na final, decidindo o título com o Flamengo.

Será, ao se confirmar, a quinta final nas últimas seis edições do Carioca. Feito que enverniza o inédito momento do Fluminense. Na fase moderna, à partir de 79, o clube nunca foi tão frequente na decisão.

E tinha chance até de ter decidido as últimas seis, não fosse confronto com o Flamengo nas semifinais do ano passado, enquanto o Vasco fazia a outra perna com o Nova Iguaçu, que acabou decidindo o título.

É curioso que nem mesmo em sua fase áurea o Fluminense tenha tido tamanha assiduidade. Quer dizer: de 69 a 76, com disputa no formato por pontos corridos, com octogonais finais ou torneios triangulares, marcou presença na classificação.

Em oito edições, esteve entre os dois primeiros em sete delas - e sendo campeão em cinco! Mas, insisto: numa época em que não havia jogos finais a decidir o título de campeão.

Neste formato com decisão do título em dois ou três jogos, disputado regularmente desde 1996, é a primeira vez que o clube engata tal sequência. É tudo bem que, em três dessas últimas seis, os tricolores tenham tirado bom proveito do fato de medir forças nas semifinais com um adversário de menor expressão: em 2021, o Bangu; em 2023 e 25, o Volta Redonda. Isso não importa.

O fato é que honrou sua tradição. Para um clube que se viu em apuros financeiros em 2015, com o rompimento do contrato com o seu patrocinador, o Fluminense chega à primeira década da "era pós Unimed" mais robusto do que se imaginava.

Com os 4 a 0 impostos sobre o Volta Redonda no jogo de ida da semifinalé difícil imaginar que o Fluminense ficará fora da decisão

Mesmo endividado, com discussões internas sobre o mais adequado modelo de gestão para o enfrentamento às grandes forças, divide com o Flamengo um protagonismo improvável até para o mais fanático tricolor.

De novo

O Flamengo chega a sua sétima final seguida, como previsto, carregando favoritismo perigoso. O Vasco equilibrou a disputa no primeiro tempo, saiu na frente, mas, de novo, não teve pernas, valentia e jogo coletivo para se sustentar. Falo mais amanhã em "Minhas Impressões".



MARCELO GONÇALVES / FLUMINENSE

CANOBBIO E CANO foram bem no primeiro jogo contra o Volta Redonda e podem brilhar hoje à tarde também

CAMPEONATO CARIOCA

Fluminense não vai tirar o pé na semifinal

Com vantagem de 4 gols, Tricolor encara o Volta Redonda, na tela da TV Tribuna/Band e Mano Menezes mantém postura ofensiva

VOLTA REDONDA, RJ

Com a ampla vantagem conquistada no primeiro jogo da semifinal, quando goleou o Volta Redonda por 4 a 0, o Fluminense busca confirmar sua vaga na final do Campeonato Carioca neste sábado. O confronto de volta acontece no estádio Raulino de Oliveira, às 18h.

Mesmo podendo perder por até três gols de diferença para avançar, o técnico Mano Menezes garantiu que o time manterá a intensidade.

No entanto, alguns titulares desgastados podem ser poupados, já que o Tricolor disputou, durante a semana, um jogo eliminatório contra o Caxias, no Rio Grande do Sul, vencendo por 2 a 1 e garantindo vaga na terceira fase da Copa do Brasil.

Com o placar confortável, Mano pode rodar o elenco. Jogadores como o volante Hércules, o lateral-esquerdo Renê, o meia Riquelme Felipe e os atacantes Everaldo e Keno têm chances de começar jogando. Assim, Gabriel Fuentes, Jhon Arias, Germán Cano e Canobbio podem ser preservados e ficar no banco de reservas.

O Fluminense vive grande fase e soma oito jogos de invencibilidade, com cinco vitórias consecutivas. O time marcou 14 gols e sofreu apenas um nas últimas três partidas. Para Mano Menezes, o momento positivo reflete a organização da equipe e a eficiência dos jogadores no ataque.

"O futebol é um somatório de fatores. O primeiro deles é a qualidade dos jogadores, porque o treinador não faz gol. Ele organiza a equipe, mas, no terço final, essa responsabilidade é dos atletas. Temos compartilhado bem essa função, com oportunidades surgindo para Arias, Serna, Canobbio e, claro, nosso maior artilheiro, Cano", destacou o treinador.

O zagueiro Thiago Silva deve continuar fora da lista de relacionados. Sua última partida foi há cerca de um mês, no empate por 0 a 0 contra o Flamengo, pela Taça Guanabara. Já o meia Ganso voltou aos treinos após novos exames cardiológicos, mas segue fora, assim como Renato Augusto, que se recupera de uma cirurgia no ombro esquerdo.

"BOLÃO DO TORCEDOR"

Aqui, os torcedores dão o seu **palpite sobre o placar do jogo:**



Volta Redonda 0 X 3 Fluminense

"O Fluminense vai seguir embalado e vamos conseguir mais uma vitória para chegar na final com moral"

THAIS TONETO, torcedora do Fluminense



Volta Redonda 0 X 2 Fluminense

"Com todo respeito ao Volta Redonda a vaga na final é nossa e vamos lutar por mais um título carioca!"

BRUNELLA D'ISEP, torcedora do Flu

VOLTA REDONDA X FLUMINENSE

PROVÁVEL ESCALAÇÃO

Volta Redonda	Fluminense
Jean Drosny	Fábio
Wellington Silva	S. Xavier (Guga)
Lucas Souza	Ignácio
Fabrício	Freytes
Sanchez	Renê
Bruno Barra	Hércules
Robinho	Martinelli
Chay (PK)	R. Felipe (Arias)
Marquinhos	Serna
Bruno Santos	Everaldo (Cano)
MV	Keno (Canobbio)
TÉCNICO: Rogério Corrêa	**TÉCNICO:** Mano Menezes

ESTÁDIO: Raulino de Oliveira
HORÁRIO: 18 horas
ÁRBITRO: Alex Gomes Stefano

DESTAQUES NA TV

TV TRIBUNA/BAND
> 18 HORAS - Futebol - Campeonato Carioca: Volta Redonda x Fluminense

SPORTV
> 10H15 - FUTSAL - Copa Intercontinental
> 14 HORAS - Futebol de Areia - Copa Paulista: final
> 16 HORAS - Futebol Feminino - Supercopa do Brasil: Real Brasília x Flamengo
> 19 HORAS - Futebol - Copa Libertadores Sub-20: Palmeiras x Independiente del Valle

SPORTV 2
> 16H45 - Vôlei Masculino - Superliga: Praia Clube x Suzano
> 19H45 - Vôlei Masculino - Superliga: Neurologia Ativa x Cruzeiro

SPORTV 3
> 12H45 - Judô - Grand Prix da Áustria: finais
> 16 HORAS - Futebol Feminino - Supercopa do Brasil: Grêmio x Corinthians

TV GAZETA
> 16 HORAS - Futebol Feminino - Supercopa do Brasil: Grêmio x Corinthians

ESPN
> 12H15 - Futebol - Campeonato Espanhol: Real Madrid x Rayo Vallecano

OBS.: Mudanças na programação são de responsabilidade das emissoras.

ISSN 1519-4957



ADRIANO FONTES/CRF

FLAMENGO 2 X 1 VASCO

ESTÁDIO: MARACANÃ

Rossi; Wesley, Léo Ortiz, Léo Pereira e Varela (Alex Sandro); Erick Pulgar, De la Cruz (Allan), Gerson e Arrascaeta (Juninho); Bruno Henrique (Luiz Araújo) e Gonzalo Plata. **TÉCNICO:** Filipe Luís.

Léo Jardim; Paulo Henrique (Puma Rodríguez), João Victor, Lucas Freitas e Lucas Piton; Hugo Moura, Paulinho (Matheus Carvalho), Philippe Coutinho (Loide Augusto); Nuno Moreira (Payet), Rayan (Garré) e Vegetti. **TÉCNICO:** Fábio Carille

GOLS: primeiro tempo — Nuno Moreira, aos 21 minutos, e Bruno Henrique, aos 34. Segundo tempo — Luiz Araújo, aos 23 minutos
PÚBLICO: 51.379 pagantes.
RENDA: R$ 3.779.935,00.
ÁRBITRO: Wagner do Nascimento Magalhães.

BRUNO HENRIQUE comemora diante da torcida do Flamengo após marcar seu 100º com a camisa rubro-negra. O Vasco é a principal vítima do Rei dos Clássicos

Outro patamar

Bruno Henrique atinge 100 gols pelo Fla, Luiz Araújo marca o segundo gol sobre o Vasco, e time avança para sua 7ª final consecutiva do Carioca

Mariana Melo

O Vasco até tentou. Saiu na frente, se manteve ofensivo, mas não conseguiu parar o embalo do Flamengo e foi derrotado por 2 a 1 no segundo jogo da semifinal do Carioca, ontem à tarde, no Maracanã. O Fla agora espera pelo resultado hoje de Volta Redonda x Fluminense para saber com quem vai decidir o título carioca.

E quem mais uma vez brilhou no clássico foi Bruno Henrique. Com o gol marcado ontem, ele chegou ao centésimo gol com a camisa do Flamengo. O Vasco, aliás, é sua maior vítima desde que chegou ao clube: foram 11 gols marcados contra o time de São Januário. Após o primeiro tempo, o jogador celebrou o feito.

"Feliz individualmente por mais essa marca, 100 gols com a camisa do Flamengo, ainda mais em um clássico tão disputado e difícil. Sabíamos que o jogo seria assim. Agora, temos que ajustar alguns detalhes para nos encontrarmos melhor em campo e, se Deus quiser, sair com essa vitória", disse Bruno Henrique.

O atacante tem um histórico decisivo em clássicos: dos 22 gols que marcou contra os principais rivais cariocas, foram quatro contra o Botafogo, sete contra o Fluminense e 11 contra o Vasco.

Desde sua chegada ao Flamengo, em 2019, Bruno Henrique soma 286 jogos, 100 gols e 52 assistências, além de uma galeria repleta de conquistas.

Ele acumula 14 títulos, incluindo duas Libertadores (2019 e 2022), dois Brasileiros (2019 e 2020), duas Copas do Brasil (2022 e 2024), três Supercopas (2020, 2021 e 2025), quatro Cariocas (2019, 2020, 2021 e 2024) e uma Recopa Sul-Americana (2020).

JOGO

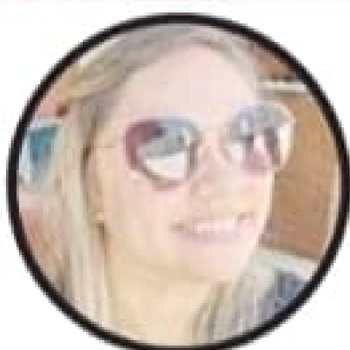
No Maracanã, com mais de 51 mil torcedores, Flamengo e Vasco fizeram um clássico movimentado. O Rubro-Negro começou pressionando, enquanto a equipe de Fábio Carille apostava nos contra-ataques. A primeira grande chance foi do Flamengo, quando Arrascaeta cruzou para Varela finalizar, mas Léo Jardim fez grande defesa quase em cima da linha.

O Vasco respondeu rapidamente e abriu o placar com Nuno Moreira, que aproveitou uma sobra dentro da área após falha da defesa flamenguista. Foi o primeiro gol sofrido por Rossi no Campeonato Carioca em 18 jogos. O Flamengo empatou aos 34 minutos, quando Bruno Henrique aproveitou um desvio na defesa vascaína e marcou seu centésimo gol pelo clube.

No segundo tempo, ambos os times sofreram com lesões. Philippe Coutinho sentiu a virilha e foi substituído por Loide Augusto, enquanto Bruno Henrique deixou o campo com dores na coxa, dando lugar a Luiz Araújo.

Aos 23 minutos, o próprio Luiz Araújo decidiu o jogo. Ele recebeu na intermediária, driblou três marcadores e bateu cruzado para vencer Léo Jardim e garantir a virada.

FALA, TORCEDOR!



"Um time que tem Bruno Henrique já sabe que vai ter gol. Mais uma vez ele foi decisivo diante do Vasco e agora que venha o Fluminense"

MARIANA BONELLA, torcedora do Flamengo



"Tudo normal para o Mengão!!!! O Vasco é freguês e não teríamos como deixar de vencer mais esse jogo! Vai, Flamengo!"

BRENO D'ISEP, torcedor do Flamengo

THIAGO RIBEIRO/AGIF - AGÊNCIA ESTADO



COUTINHO sentiu a virilha e voltou a gerar preocupação no Vasco

Coutinho sente lesão e vira preocupação no Vasco

Philippe Coutinho voltou a sentir um problema físico e preocupa o Vasco. Durante o segundo tempo da derrota por 2 a 1 para o Flamengo, ontem, pelo jogo de volta da semifinal do Carioca, o camisa 11 sentiu dores na virilha e precisou ser substituído aos oito minutos.

Essa é a segunda lesão do meia na temporada. Em fevereiro, ele já havia sofrido um edema na coxa esquerda no clássico contra o Fluminense.

Nos últimos anos, Coutinho tem enfrentado uma sequência de lesões que dificultaram sua regularidade em campo. A expectativa era que, após a pré-temporada, ele conseguisse retomar sua melhor forma.

O jogador será reavaliado nos próximos dias para determinar a gravidade da lesão. Em 2024, Coutinho disputou oito partidas e marcou dois gols. No ano passado, foram 18 jogos, três gols e uma assistência.

Com a eliminação no Carioca, o Vasco só volta a campo no dia 30 de março, contra o Santos, às 18h30, em São Januário, pela estreia no Brasileirão. Até lá, o técnico Fábio Carille terá tempo para recuperar Coutinho e corrigir os problemas da equipe.

Após o jogo de ontem, o presidente do Vasco Pedrinho criticou a arbitragem no clássico.





Ainda dá para botar o bloco na rua! > 5



"Livro mudou relação com minha mãe", diz Anitta > 8

FALE COM A EDITORA ALELVI CARNEIRO E-MAIL: at2@redetribuna.com.br

VITÓRIA, ES, DOMINGO, 09 DE MARÇO DE 2025

Traições, paixões e reviravoltas

Amanhã, às 20h30, na TV Tribuna/Band, estreia a novela "Beleza Fatal", com artistas famosas e trama emocionante

Helena Rodrigues

Atenção, noveleiros e noveleiras de plantão! Fiquem ligados na telinha da **TV Tribuna/Band** a partir de amanhã, às 20h30, que vocês não vão se arrepender. É que estreia a tão aguardada novela "Beleza Fatal", do selo Max Original, que já é sucesso de crítica e audiência desde que estreou no streaming, no fim de janeiro.

Agora na TV aberta – em horário nobre –, todo mundo vai poder acompanhar a superprodução que mistura vingança, paixões e traições com direito a muitas reviravoltas.

Na trama de Rapha Montes, Sofia (Camila Queiroz) vê sua vida desabar quando sua mãe, Cléo (Vanessa Giácomo), é presa injustamente por conta das artimanhas da prima Lola (Camila Pitanga).

Desesperada, ela encontra abrigo junto à família Paixão, liderada por Elvira (Giovanna Antonelli), que encara seu próprio sofrimento: a filha Rebeca (Fernanda Marques) morre depois de uma cirurgia plástica malsucedida. A partir daí, elas só têm um objetivo: achar os culpados e se vingar.

"Essa novela é muito ousada. Rapha Montes não tem medo de impactar. A Lola é uma mulher perigosa, histriônica, ambiciosa, corre atrás do que quer sem medir esforços, atropelando", disse Camila Pitanga sobre sua personagem, a vilã da história.

Já Camila Queiroz, a mocinha, destacou os diálogos criados pelo autor. "Tem falas que são absurdas, que, quando a gente lia, pensava: 'Meu Deus!'. Essa novela é uma fábrica de memes", avisou.

Caio Blat, que interpreta um cirurgião plástico mau caráter, destacou o novo formato da produção, que tem 43 capítulos.

"A gente cansou de fazer novela de 180, 200 capítulos. Agora a gente tem o mesmo tempo para fazer 43 capítulos, é um privilégio, é o formato dos sonhos. Essa novela é das mulheres e é um luxo estar trabalhando nela", elogiou.

O lançamento de "Beleza Fatal" marca o retorno da Band à teledramaturgia, uma história que já dura quase 60 anos. "É um folhetim clássico: vingança, amor proibido, conflitos familiares, e tudo com um toque pop. Com a exibição na Band e o alcance da TV aberta em todo o País, temos a chance de mostrar esta nova maneira de fazer novela para outros telespectadores", declarou a diretora-geral Maria de Médicis. "Beleza Fatal" vai ao ar de segunda a sexta-feira, às 20h30.



PIVÔ AUDIOVISUAL/DIVULGAÇÃO

CAMILA PITANGA, Giovanna Antonelli e Camila Queiroz protagonizam a novela, que é sucesso de crítica e audiência

QUEM É QUEM EM "BELEZA FATAL"

Sofia (Camila Queiroz)



É uma garota de origem humilde que se muda para o Rio de Janeiro com sua mãe, Cléo. Quando sua mãe é presa injustamente e é assassinada na prisão, ela passa a viver com Lola. Depois, acaba sendo acolhida pela família Paixão. Sofia convive com uma sombra que a acompanha desde que passou maus bocados com Lola.

Lola (Camila Pitanga)



Ambiciosa, faz de tudo para alcançar os seus objetivos. De origem humilde, seu sonho é abrir uma clínica de estética. Influenciadora, aparenta ser fofa nas redes sociais. No entanto, é uma víbora.

Elvira (Giovanna Antonelli)



É manicure, massagista, taróloga, cabeleireira, faz salgados para festas e revende produtos de beleza. Ela é casada com Lino, com quem sonha em ter filhos. Assim, eles adotam Rebeca. Entretanto, a felicidade dá lugar à tristeza quando Rebeca morre durante uma cirurgia plástica clandestina.

Cléo (Vanessa Giácomo)



Após um incêndio destruir sua casa, Cléo se muda para a casa de sua prima Lola com a filha. Quando Lola mata o marido, ela convence Cléo a assumir o crime e ela vai presa.

Gabriel (Enzo Romani)



Filho de Rubem e Lola, Gabriel viveu seu primeiro amor na infância com Sofia. Passou anos estudando no exterior e se tornou um policial correto, assim como seu pai. Foi noivo de Carol (Manu Morelli), mas nunca esqueceu Sofia. Investigando crimes do passado, começa a suspeitar da própria mãe, com quem vive uma relação tensa.

Benjamin (Caio Blat)



É bonitão, mulherengo e ambicioso. Ele quer ser o sucessor do império do pai, apesar de saber que não é respeitado ou admirado por ele. Lola o chantageia para que se casem.

Rog (Marcelo Serrado)



Conhecido como Doutor Peitão, Rog é um esteticista "cafona" que mente no seu currículo. No início, ele possui uma clínica clandestina de cirurgia plástica, onde Lola era sua secretária. Também por interesse, casa-se com Gisela (Julia Stockler), uma integrante da família Argento, para conquistar um império.

Rebeca (Fernanda Marques)



Estudante de Psicologia, sonha em ser modelo. Sua vida acaba tendo um fim trágico ao encontrar Rog para fazer uma cirurgia de aumento de seios. Ela reage mal à anestesia e morre.

Átila (Herson Capri)



Patriarca da família Argento, Átila é o cirurgião plástico das celebridades que tem mais coisas a esconder do que a se orgulhar. Fundador de uma das clínicas de cirurgia plástica de maior sucesso no País, Átila costuma manter na "rédea curta" os seus familiares, que vivem disputando o seu império.

Viviane (Naruana Costa)



Parceira de Rubem, Viviane é corrupta e faz todo o tipo de trabalho sujo. Ela vive um romance com Lola e, mais tarde, passa a trabalhar como gerente da Lolaland, mantendo o caso amoroso com a chefe.

Eufrázio

Televisão

“Bruna me fez ser uma pessoa diferente”

A atriz Deborah Secco volta a fazer o papel da garota de programa em novo filme e comenta sobre Bruna Surfistinha

Deborah Secco se prepara para encarnar, novamente, Bruna Surfistinha nas telas. A continuação da história de Raquel Pacheco começará a ser gravada ainda neste ano.

A atriz de 45 anos de idade comentou sobre a produção, em entrevista à revista Quem.

“A gente acertou em um lugar raro. Mas eu fui no Baile da Vogue vestida de Bruna e vi uma comoção das pessoas”, conta Deborah.

"As pessoas fizeram fila para tirar foto comigo, como se eu fosse o Mickey. Eu falei para o diretor, e a gente ficou nessa: 'Se você falar, eu faço'. A continuação é a Raquel hoje, como ela está hoje com as filhas."

O primeiro filme sobre Bruna Surfistinha foi lançado em 2011 e teve direção de Marcus Baldini.

Deborah, também coprodutora, diz que Bruna Surfistinha é uma das personagens mais importantes da sua vida.

“Me fez ser uma pessoa completamente diferente, um dos mergulhos artísticos mais profundos que eu já tive. Ela tem muita história para contar ainda, mas eu imaginei que não fosse acontecer", comentou.

PRIMEIRO

O primeiro filme, que é uma adaptação do best-seller “O Doce Veneno do Escorpião: o Diário de uma Garota de Programa", de Raquel Pacheco, conta a história da jovem Raquel (Deborah Secco), filha de classe média paulistana que um dia sai de casa e toma uma decisão surpreendente: virar garota de programa.

Em pouco tempo, Raquel se transforma em Bruna Surfistinha e passa a ser uma celebridade nacional, falando sobre sua rotina em um blog na internet.

A atriz se prepara também para dar vida a uma caminhoneira nas telonas e, para isso, está disposta a passar por uma grande mudança física."Quero tirar o silicone para fazer o filme", afirmou.

Segundo ela, o processo de transformação começará antes mesmo do inicio das filmagens, incluindo a cirurgia e uma adaptação em sua rotina para mergulhar na nova personagem.

No longa, intitulado “Sob o Céu de Tocantins", Deborah será Maura, uma caminhoneira que vive a descoberta do amor.

"Ela é uma personagem assexuada que descobre a potência desse sentimento", revelou a atriz, entusiasmada com o projeto.

DIVULGAÇÃO



"AS PESSOAS fizeram fila para tirar foto comigo", conta Deborah

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
BELEZA FATAL (20h30 na TV Tribuna/Band)	Após perder tudo em incêndio, Sofia e sua mãe Cléo vão morar com a ambiciosa prima Lola, o marido Rubem e o filho do casal, Gabriel. Rebeca é convencida pelo cirurgião Rog a fazer cirurgia plástica. Após o sumiço da filha, Elvira e Lino vão à delegacia.	Sofia vê Cléo ser presa por um crime que não cometeu. Lola ameaça Benjamin com vídeo da câmera de segurança. Lino e Elvira se desesperam ao saber que a filha precisa de transplante. Viviane investiga o caso e confronta Rog. A saúde de Rebeca se agrava.	Depois de visitar a mãe na cadeia, Sofia fica sabendo a verdade sobre Lola e foge de casa. Lino arma sequestro no hospital em busca de um coração para o transplante da filha. Lola vai até a cadeia e tenta convencer Cléo de continuar assumindo o crime	Lino é preso pelo sequestro no hospital. Disposta a inocentar a mãe, Sofia entrega prova importante sobre Rebeca à polícia. Elvira abriga Sofia em sua casa e leva a criança para visitar a mãe na prisão. Uma rebelião acontece no presídio onde Cléo está.	A família Paixão celebra a notícia de doador compatível. Órfã, Sofia vai para abrigo e é surpreendida por Lola. Viviane investiga o caso de Rebeca e ameaça Lola, Rog e Benjamin. Átila é internado. Sofia descobre quem matou a mãe. Elvira e Lino adotam Sofia.	Não há exibição.
GAROTA DO MOMENTO (18h35 na Globo)	Sérgio acompanha Beatriz à delegacia. Eugênia termina o namoro com Topete. Cássio teme que o plano de Bia contra Beatriz dê errado. Maristela e Juliano armam para que Beatriz e Carmem. O delegado confronta Beatriz sobre o roubo do colar. Glorinha informa a Beto sobre a possibilidade de Beatriz ser presa.	Beto acode Beatriz. Basílio confronta Maristela e Juliano sobre a prisão de Beatriz. A imprensa anuncia o ocorrido com Beatriz, e Clarice desconfia. Lígia e Anita conversam com Celeste e Edu, respectivamente. Clarice visita Beatriz. Onofre exige que Sérgio e Alfredo tirem a novela "Senhora" do ar.	Onofre retira seu patrocínio da novela. Basílio e Beto se estranham. Beatriz deduz que foi Cássio quem furtou o colar de joias. Sérgio nega a solução de Bia e Cássio. Cássio é convocado a depor. Beto e Basílio confrontam Cássio. Ronaldo desconfia dos ciúmes de Lígia. Cássio ameaça a família Alencar.	Maristela garante a Cássio que resolverá a situação do roubo do colar. O delegado descobre sobre o depósito na conta de Carmem. Teresa e Clarice questionam Lígia sobre Raimundo. Carmem é interrogada na delegacia. Sérgio encerra a transmissão da novela. Beatriz recebe liberdade provisória e deixa a delegacia.	Beatriz é apoiada por sua família e amigos. Sérgio afirma a Alfredo que Beatriz precisa de um advogado. Glorinha convida Beatriz para trabalhar em seu salão. Pressionado por Beto, Raimundo demite Bia da agência. Ronaldo beija Bia. As clientes de Glorinha deixam o salão ao ver Beatriz chegar.	Basílio sabota a bebida de Elvira, sob orientação de Zélia. Juliano e Maristela encontram Elvira dormindo em serviço. Raimundo convida Marlene para sair e a pede em namoro. Lígia anuncia que fará show beneficente para ajudar Beatriz. Beatriz convida Clarice para o show.
VOLTA POR CIMA (19h45 na Globo)	Jão tenta falar com Madalena sobre eles. Gerson abandona Gigi em um confronto com outro contraventor. Joyce confessa para Madalena sua paixão por Sebastian. Silvia se incomoda ao descobrir que Madalena foi com Jão ao cartório. Silvia vê a troca de olhares entre Madalena e Jão e fica incomodada. Osmar leva o documento assinado por Violeta para o advogado.	O advogado explica para Osmar quando ele tomará posse dos bens de Violeta. Madalena sente ao saber que Jão vai comemorar com Silvia sua nova certidão. Ruth e Rodolfo se enfrentam. Gigi conversa com Marco sobre o que Gerson fez contra ele. Joyce se insinua para Sebastian. Silvia confessa a Yuki e Bernardo que se apaixonou por Jão. Silvia decide terminar com Jão.	Silvia revela para Jão o real motivo de querer terminar com ele. Tati se revolta com Violeta por ter se recusado a deixar Osmar devolver o dinheiro para sua família. Marco implica com Gigi por não perdoar Belisa. Jin decide retomar a carreira de cantor no Brasil. Osmar pensa na separação de Madalena e Jão. Silvia revela a Madalena que terminou com Jão.	Madalena fica tocada com a revelação de Silvia. Tati percebe que Osmar esconde algo. Osmar pergunta quando Cacá contará para Jão que ele não é o pai do filho que ela espera. Alberto encontra Doralice e Madalena. Violeta proíbe Osmar de contar a Jão sobre a paternidade do filho de Cacá. Marco não aceita o casamento de Violeta. Osmar procura seu gerente no banco.	Osmar faz o pedido de transferência do valor que deve a Doralice. Marco garante a Violeta que Osmar não a ama. Cida comenta com Sidney sobre a conversa entre Madalena e Silvia. Osmar decide falar com Jão. Yuki e Sebastian ficam juntos na frente de Joyce. Jão desconfia de um esquema na Viação Estelar.	Roxelle aceita se casar com Gerson. Madalena termina com Matias. Jão descobre discrepância na folha de pagamento dos funcionários. Gerson confirma a Marco suas verdadeiras intenções com seu casamento com Roxelle. Osmar transfere o que deve a Doralice, e avisa a Madalena que Jão não é o pai do filho de Cacá.
MANIA DE VOCÊ (21h20 na Globo)	Molina pede perdão a Luma e tenta convencê-la a ser sua cúmplice contra Mavi e Viola. Iberê é abordado por dois capangas de Molina. Molina garante a Luma que rompeu com Mércia. Marcel e os amigos de Viola desaprovam sua aproximação com Mavi. Luma acusa Mavi de tê-la traído novamente. Luma encontra o diário de Molina.	Molina manda Luma vigiar os passos de Mavi e Mércia. Mavi pede uma chance aos amigos de Viola para se redimir. Daniel fica arrasado ao ver Michele beijando Cristiano. Nahum diz para Mavi que Viola odeia o filho, e fica preocupado ao saber que Iberê está sumido. Mércia descobre que Molina se juntou a Luma.	Mavi não acredita que Molina está vivo. Sirlei alerta Berta para ter cuidado com Ísis. Luma propõe marcar um encontro com Molina para provar a Mavi que o pai está vivo. Nahum ameaça Mércia pelo sumiço de Iberê. Sirlei conta a Evelyn que Berta já sabe que Guga é o pai de Tomás, mas não sabe que foi o marinheiro quem matou Henrique.	Molina diz a Luma que deu dinheiro para Iberê deixar o país. Viola revela a Nahum que a reconciliação com Mavi é para descobrir o assassino de Rudá. Berta se recorda da morte de Henrique e deduz que Guga matou o filho junto de Ísis. Fátima aconselha Berta a ir à polícia. Ísis propõe a Leidi sequestrar Berta. Luma declara seu amor por Mavi.	Mércia nega a Mavi que Molina esteja vivo. Berta faz uma proposta a Leidi. Luma pressente que ela e Mavi podem estar na mira de Molina. Molina ordena que seus capangas levem Mércia para ficar aos cuidados de Maureta. Leidi confirma para Berta que foi Ísis quem mandou matar Henrique. Luma chega ao cativeiro onde está Mércia.	Luma deixa Mércia no cativeiro, sem saber onde o quadro está. Molina fica sabendo por Maureta que Luma esteve com Mércia. Berta não consegue contar a Tomás a verdade sobre a paternidade do neto, e pede ajuda a Fátima. Luma implora ajuda a Magda para capturar Molina. Mércia consegue fugir do cativeiro.

"Moana 2" estreia com novidades em streaming

O filme chega à plataforma Disney+ na próxima quarta, com novos personagens e música-chiclete

Helena Rodrigues

Com uma bilheteria global de 1 bilhão de dólares, diálogos engraçadíssimos, personagens icônicos e mais uma música-chiclete, "Moana 2" brilhou no ano passado e, agora, chega à plataforma Disney+ para encantar quem ainda não viu e fazer a alegria da garotada que gosta de assistir ao filme em looping!

"Moana 2" apresenta a jornada da jovem três anos após suas aventuras com o semideus Maui e a deusa Te Fiti.

Agora, a protagonista se reúne novamente com Maui e monta uma equipe de navegadores para encontrar a ilha perdida de Motufetu, quebrar sua maldição e reconectar os povos do oceano.

E tem personagem nova no universo de Moana: Simea é a irmã mais nova da protagonista e foi inspirada na filha mais velha do diretor David Derrick Jr., chamada Samea. A relação entre Samea e seu irmão mais novo foi a inspiração para David.

Assim como o primeiro filme, "Moana 2" explora as tradições, trazendo aspectos culturais autênticos, desde músicas e danças até histórias ancestrais da Polinésia.

Com direção de David Derrick Jr., Jason Hand e Dana Ledoux Miller, "Moana 2" traz de volta Auli'i Cravalho como a voz de Moana e Dwayne Johnson como Maui.

O elenco de vozes inclui ainda Temuera Morrison, Nicole Scherzinger, Rachel House e Alan Tudyk, além de novos personagens que enriquecem a trama.

FOTOS: DIVULGAÇÃO



MOANA sai em busca da ilha perdida de Motufetu, para quebrar maldição e reconectar os povos do oceano

MARCA

O filme coleciona importantes marcas no mercado de cinema: foi a maior estreia de animação da história e de Ação de Graças nos EUA e se tornou o quarto trabalho da Walt Disney Animation Studios a alcançar US$ 1 bilhão em bilheteria.

Anteriormente, produções como "Frozen", "Frozen 2" e "Zootopia" também haviam tido o mesmo êxito comercial.

A sequência da Disney consegue aproximar ainda mais o público com os personagens e diverte com frases como "o pai tá on", "vai de arrasta pra cima", "respeita as mina", "fui moleque", "top de linha" e "trollar", expressões usadas especialmente na internet ou que fazem parte do cotidiano das pessoas de maneira bem-humorada. Há até um trecho em que o Cristo Redentor é citado.

CONFIRA AS ESTREIAS DA SEMANA NO STREAMING

1 "BIENVENIDOS A LA FAMÍLIA" (2025) – Série/Comédia. Uma mãe solo reúne sua família excêntrica para enganar um chefão da máfia e escapar de uma dívida. Netflix, quarta-feira.

2 "ADOLESCÊNCIA" (2025) – Série/Drama. Um garoto de 13 anos é acusado de assassinar uma colega de escola, levando a família, a terapeuta e o investigador do caso a se perguntarem: o que realmente aconteceu? Netflix, quinta-feira.



"ADOLESCÊNCIA" estreia na Netflix

3 "THE ELECTRIC STATE" (2025) – Filme/Ficção científica. Uma adolescente órfã pega a estrada com um robô misterioso em busca do irmão há muito tempo desaparecido, encontrando no caminho um contrabandista e seu ajudante hilário. Netflix, sexta-feira.

4 "PROCURADOS - EUA: OSAMA BIN LADEN" (2025) – Documentário. Com imagens raras e entrevistas com informantes da CIA, este documentário eletrizante acompanha a caçada épica a Osama bin Laden. Netflix, amanhã.

5 "A RODA DO TEMPO - TEMPORADA 3" (2025) – Série/Fantasia. A vida de cinco jovens muda para sempre quando uma mulher estranha e poderosa chega dizendo que um deles é a criança de uma antiga profecia, com o poder de alterar o equilíbrio entre Luz e Trevas. Prime Video, quinta-feira.

6 "NÃO FALE O MAL" (2024) – Filme/Terror. Quando uma família americana é convidada a passar o fim de semana na casa de campo de uma família britânica, o que começa como um feriado dos sonhos e logo se transforma em um pesadelo psicológico. Prime Video, quarta-feira.



"A RODA do Tempo": 3ª Temporada

7 "A CONTADORA DE FILMES" (2023) – Filme/Drama. Maria Margarita é uma jovem apaixonada por cinema que vive em uma cidade no Chile dos anos 60. Quando seu pai perde o emprego, ela é escolhida para ir ao cinema assistir e narrar os filmes. Prime Video, sexta-feira.

8 "LAW & ORDER: SVU" (2025) – Série/Ação. "Encurralado", o oitavo episódio da 26ª temporada, é dirigido pelo aclamado cineasta argentino vencedor do Oscar Juan José Campanella. Universal+, quarta-feira.

9 "THE ROOKIE - TEMPORADA 7" (2025) – Série/Drama. Nesta temporada, as consequências no casamento de John e Bailey, que sonha em ter um filho enquanto lida com suas exigentes rotinas diárias. Além disso, Ivan Hernandez se junta ao elenco. Universal+, quarta-feira.

10 "HENRY & KLAUSS: MESTRES DA MÁGICA" (2025) – Show de ilusionismo. Gravado no Rio de Janeiro, o espetáculo promete desafiar os limites da lógica e da realidade, reunindo números impressionantes. Disney+, sexta-feira.

Conto de Stephen King inspira comédia de horror

Marcelo Miranda
FOLHAPRESS

Menos de um ano atrás, "Longlegs - Vínculo Mortal" chegava aos cinemas envolto em elogios e expectativas sobre a densidade de seu mergulho na investigação das misteriosas mortes perpetradas pelo psicopata vivido por Nicolas Cage.

O diretor Osgood Perkins, em seu quarto longa-metragem, mantinha a atmosfera de perturbação que marca seus trabalhos desde a estreia, com o impactante "A Enviada do Mal" de 2015. "Longlegs" foi sucesso e amplificou a espera pelo próximo título de Perkins, "O Macaco".

É bastante significativo que, neste novo filme, o cineasta mude a forma de se aproximar do material de base. Adaptação de um conto homônimo de Stephen King publicado em 1980, "O Macaco" se estabelece nos primeiros minutos como uma comédia de horror, sem nenhuma ambiguidade sobre isso.

É como se Perkins, conhecido pelo estilo soturno e trágico, expusesse logo a vontade de relaxar com o gênero e deixar, desta vez, que o humor conduza a ação. Isso não diminui o impacto imediato da parte horrífica do processo.

"O Macaco" empilha fatalidades extravagantes, dos jeitos mais variados que se possa esperar, e faz ótima utilização de efeitos práticos e violência explícita para assustar com alguma graciosidade, ainda que o objetivo evidente não seja provocar medo.

Em muitos aspectos, lembra os mecanismos da franquia "Premonição", com incidentes fatais elaborados a partir de uma série de acasos supostamente acidentais que são, de fato, provocados por forças sobrenaturais a agirem nos movimentos do mundo.

O enredo sobre dois irmãos traumatizados pelos desastres provocados por um macaquinho de brinquedo amaldiçoado é o arco dramático do filme, entremeando a eliminação abrupta de praticamente qualquer pessoa ao redor da dupla.

DIVULGAÇÃO



"O MACACO" está nos cinemas

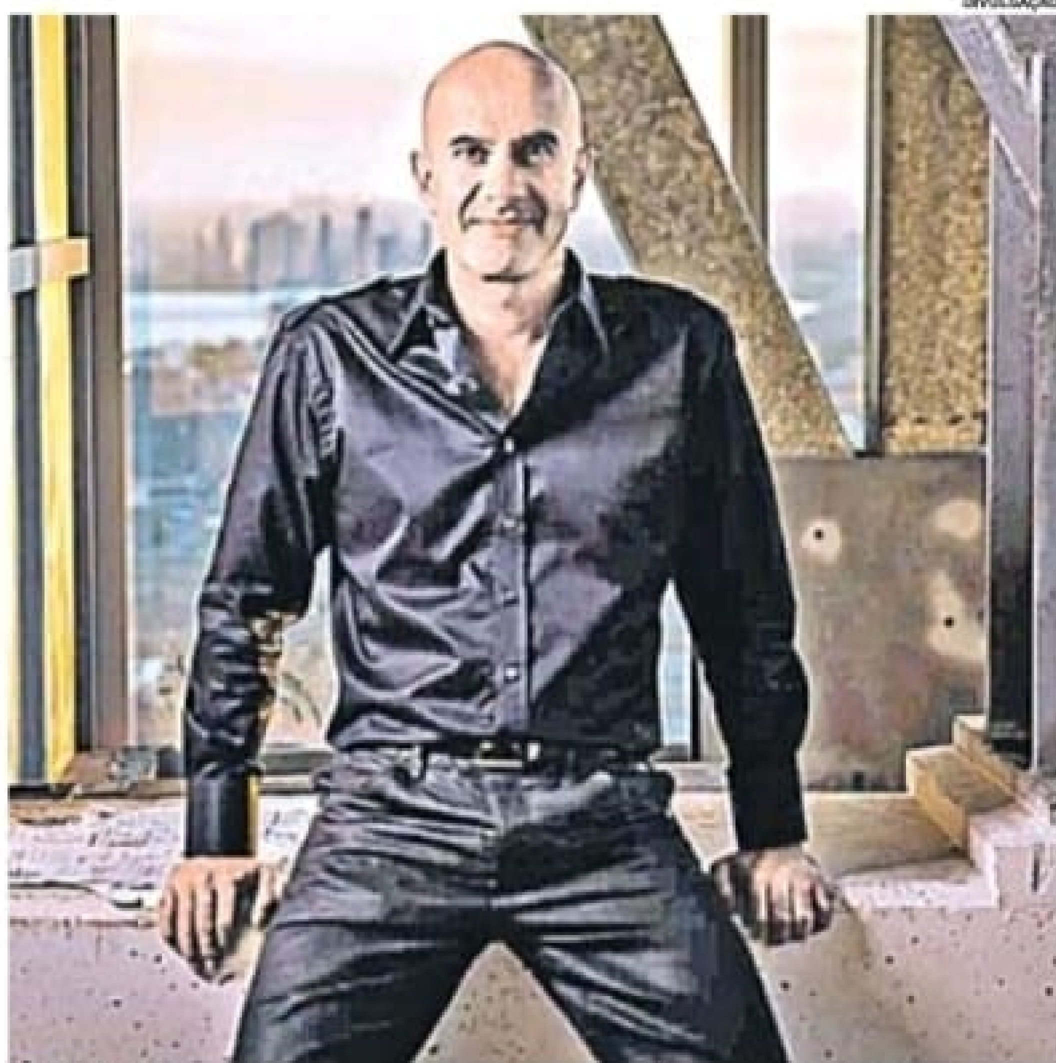
Eufrázio

Letras

História e lições de heróis do cotidiano

Autor de "O Clube das 5 da Manhã" e "O Líder Sem Status", Robin Sharma reúne as melhores táticas para ter grandes resultados

Helena Rodrigues



DIVULGAÇÃO

ROBIN Sharma: técnicas para transformar medo em combustível

Muitos heróis não usam capa, não é mesmo? Pois o escritor Robin Sharma conta histórias de pessoas comuns que causaram impacto em seu novo livro, "O Manifesto do Herói Cotidiano", e reúne as melhores táticas de mentoria para quem quer conquistar resultados extraordinários.

A ideia de Sharma é ajudar o leitor a desenvolver seus dons e talentos e garantir um alto desempenho no trabalho e uma vida repleta de realizações.

Há mais de 25 anos, o autor de best-sellers como "O Clube das 5 da Manhã" e "O Líder Sem Status" utiliza sua metodologia na mentoria de bilionários, grandes executivos, astros do esporte e dos maiores artistas do entretenimento.

Uma das grandes inspirações de Sharma é Cora Greenaway, sua professora de História do quinto ano. Ela o ajudou a acreditar nele mesmo em um período em que ninguém reconhecia o seu valor.

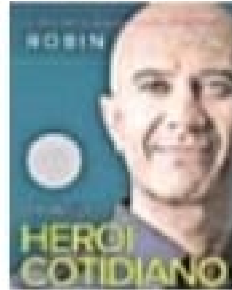
Cora guardava um passado impressionante. Quando jovem, resgatou crianças do extermínio nos campos de concentração nazistas.

É com esse exemplo que Robin Sharma defende que é possível encontrar o extraordinário em pessoas normais.

Além disso, ele traz em seu livro alguns hábitos de pessoas famosas que podem transformar a rotina e a vida daqueles que os praticam, um plano inovador para se blindar das distrações e da procrastinação e adquirir mais produtividade e técnicas da neurociência que ajudam a transformar o medo em combustível.

SERVIÇO

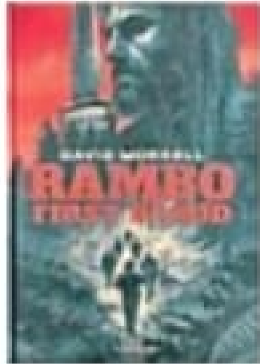
"O Manifesto do Herói Cotidiano"



- > AUTOR: Robin Sharma
- > TRADUTOR: Sandra Dolinsky
- > EDITORA: Best-Seller
- > PÁGINAS: 376
- > PREÇO: R$ 62,90

LANÇAMENTOS

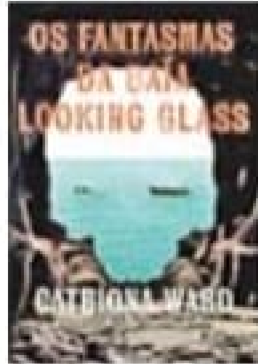
"Rambo: First Blood"



Lançado em 30 países e leitura recomendada nas universidades norte-americanas, clássico deu origem ao filme de Stallone.

- > AUTOR: David Morrell
- > EDITORA: Pipoca e Nanquim
- > PÁGINAS: 292
- > PREÇO: R$ 55,99

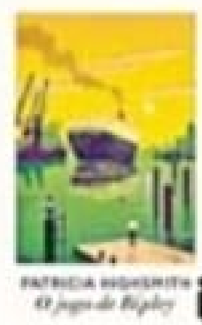
"Os Fantasmas da Baía Looking Glass"



Wilder começa a redigir seu livro sobre o terrível segredo que ele e seus amigos descobriram nas enseadas da baía.

- > AUTOR: Catriona Ward
- > EDITORA: Jangada
- > PÁGINAS: 374
- > PREÇO: R$ 57

"O Jogo de Ripley"



Terceiro livro da série Ripley mostra lado ainda mais macabro e manipulador do emblemático personagem.

- > AUTOR: Patricia Highsmith
- > EDITORA: Intrínseca
- > PÁGINAS: 336
- > PREÇO: R$ 59,16

Mais livros para assinantes

A Tribuna vai sortear mais três livros para seus assinantes. Desta vez, o titulos são "Sete Verões", de Paige Toon; "Sapatilhas de Gelo", de Babi A. Sette, e "Um Café e um Feitiço para Viagem", de Nadia El-Fassi.

Para participar, basta enviar uma mensagem para o WhatsApp (27) 99583-2597. O sorteio será no próximo dia 13.

Em "Sete Verões", Liv e Finn se conheceram trabalhando num bar na costa da Inglaterra. E, enquanto viviam um amor de verão, uma tragédia devastadora os uniu para sempre.

Já em "Sapatilhas de Gelo", Natalie é uma bailarina com um passado complicado. Lucas é um jogador de hóquei que mais parece um astro do rock. Quando o caminho deles se cruza, em meio à neve e às pistas de gelo do Canadá, o resultado é de pegar fogo.

Por fim, "Um Café e um Feitiço para Viagem" é um romance com um toque mágico e picante, repleto de aconchego, sobre uma bruxa natural amaldiçoada a machucar qualquer um que se apaixone por ela. Perfeito para fãs de "A Sociedade Supersecreta de Bruxas".

Música

Lady Gaga em versão intimista

Flávio Carvalho

Foi o dark-pop que consagrou Lady Gaga como um dos maiores nomes da música do século 21, através dos discos "The Fame" (2009) e "Born This Way" (2011), e é para ele que a cantora retorna em "Mayhem", seu aguardadíssimo 7º álbum de estúdio.

Menos ousado, mas profundamente pessoal, seu novo projeto combina elementos de caos, desafio e vulnerabilidade. O trabalho começa com canções que retratam um "lugar menos esperançoso", enquanto as últimas estão em "um lugar feliz".

A estrela descreve o processo de criação como a colagem de um espelho quebrado: "Mesmo que você não consiga juntar as peças perfeitamente, você pode criar algo memorável e completo, à sua maneira".

Carregada de sintetizadores e letra introspectiva sobre a luta contra demônios internos, "Disease" abre o disco. Na sequência está o pop sombrio e dançante de "Abracadabra", single sobre resiliência e tentação.

Ao longo do sucessor de "Chromatica" (2020), a cantora apresenta referências a Michael Jackson, Prince e David Bowie por meio de faixas como "Vanish Into You", "Shadow of a Man" e a ótima "Killah", que traz a participação do DJ francês Gesaffelstein.

Destaque ainda para "Blade of Grass", uma homenagem ao seu noivo Michael Polanski, indivíduo fundamental no nascimento de "Mayhem". "A música fala de quando ele me pediu em casamento", lembra a cantora, que fará show gratuito na Praia de Copacabana, no Rio, em 3 de maio.

O hit "Die With a Smile", parceria com Bruno Mars, encerra o disco com muito otimismo.

DIVULGAÇÃO/FRANK LEBON



GAGA: menos ousada em disco

SERVIÇO

"Mayhem"



- > ARTISTA: Lady Gaga
- > FAIXAS:
- > GRAVADORA: Universal Music
- > PREÇO: R$ 19,90 (digital)

NOVIDADES

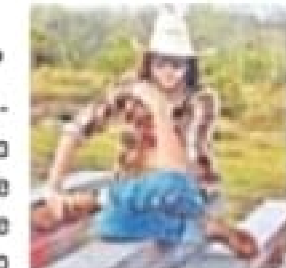
"Bem-vindo ao Meu Mundo: Forró e Vaquejada"



Resgatando grandes sucessos do forró e celebrando a cultura nordestina, o cearense reúne um time de peso: Xand Avião, Natanzinho Lima, Brasas do Forró, Nonato Neto, Edson Lima (Limão com Mel), Zé Vaqueiro, Mano Walter e Raí Saia Rodada.

- > ARTISTA: Wesley Safadão
- > FAIXAS: 24
- > GRAVADORA: Independente
- > PREÇO: R$ 54,90 (digital)

"Oceanside Countryside"



Álbum "perdido" gravado entre maio e dezembro de 1977, o projeto faz parte de sua série Analog Original Series (AOS), que celebra a música em sua forma analógica. Embora algumas canções tenham encontrado espaço em outros álbuns, o disco conta com as mixagens originais.

- > ARTISTA: Neil Young
- > FAIXAS: 10
- > GRAVADORA: Reprise Records
- > PREÇO: R$ 19,90 (digital)

"Transcende (Ao Vivo)"



Considerado o "maior DVD" de sua carreira, o trabalho reforça a versatilidade e a identidade artística de Lauana. O álbum na íntegra traz 5 faixas inéditas, incluindo "Kamasutra", que retrata uma história que muita gente já viveu buscando em outro amor a chance de esquecer alguém inesquecível.

- > ARTISTA: Lauana Prado
- > FAIXAS: 12
- > GRAVADORA: Universal Music
- > PREÇO: R$ 19,90 (digital)

"Ruby"



Uma semana após Lisa lançar "Alter Ego", os fãs de Blackpink podem ouvir o 1º álbum solo de outra integrante: Jennie. Explorando uma variedade de gêneros, o disco traz colaborações com Childish Gambino, Dominic Fike, FKJ, Kali Uchis, Dua Lipa e a rapper Doechii, que participa do hit "Extral".

- > ARTISTA: Jennie
- > FAIXAS: 15
- > GRAVADORA: Sony Music
- > PREÇO: R$ 27,90 (digital)

Ainda dá para botar o bloco na rua!

Foliões serão animados por trio elétrico em Vitória. Os agitos começam às 17h em Cariacica. Em Piúma, será à noite

Flávio Carvalho

Ainda tem Carnaval de rua para quem tem fôlego e disposição. Durante a tarde e noite de hoje, seis blocos vão movimentar ruas de Vitória, Cariacica e Piúma.

Na capital, o agito começa com o Bloco Eu Quero Ela, que vai contar com bateria, trio elétrico e show do cantor Well Ferrari.

"Sou um cantor sertanejo, mas farei repertório variado com axé e funk dos anos 90. E também vai ter pagodão baiano, como Léo Santana e Psirico, e o pagode de Gloria Groove e do grupo Menos é Mais. Será um show bem pra cima", adianta o artista.

Também desfilam em Vitória, o Bloco Te Pego Lá Fora, com concentração na praça do chorinho, em Jardim Camburi, e o Bloco Prakabá, que vai animar as ruas do centro histórico.

Em Cariacica, é a vez do Bloco das Virgens, em Piranema, e o Bloco Eva e Adão, em Jardim Campo Grande. Ambos têm início às 17h.

De acordo com a secretaria de Cultura e Turismo da cidade, as apresentações seguirão até 21 horas.

Já em Piúma, a animação vai ficar por conta do Bloco Morto Vivo, com início às 19h.

SERVIÇO

Vitória

BLOCO EU QUERO ELA
> COM BATERIA, trio elétrico e cantor Well Ferrari, 12h, com concentração em frente ao Bar do Tatá, em **Bonfim**. Grátis.

BLOCO TE PEGO LÁ FORA
> ÀS 14H, com concentração na praça do chorinho, em **Jardim Camburi**. Grátis.

BLOCO PRAKABÁ
> ÀS 14H, com concentração na rua Maria Saraiva, em frente ao Bar da Zilda, **centro de Vitória**. Grátis.

Cariacica

BLOCO EVA E ADÃO
> ÀS 17H, com concentração na rua Santa Alice, **Jardim Campo Grande**, em frente ao Bar do Alagoano. Grátis.

BLOCO DAS VIRGENS
> ÀS 17H, com concentração na rua Vicente Santório Fantini, em **Piranema**. Grátis.

Piúma

BLOCO MORTO VIVO
> ÀS 19H, com saída do Quiosque 1, em **Piúma**. Grátis.

DIVULGAÇÃO/DIEGO ALVES



WELL FERRARI promete mistura de ritmos no Bloco Eu Quero Ela

ROTEIRO DE DIVERSÃO HOJE

Festa

- **"SAMBA DA GARDEN: O INÍCIO DO FIM"** – Pagode do Abreu, ML da Vila e Dodo, 22h, na Boate Garden, **Praia da Costa**. Clas.: 18. Ing.: R$ 30 (1º lote/meia). Venda: zig.tickets.
- **"O BAILÃO É DELAS"** – Avião Sertanejo, Os Capixabas Forrozeiros, Os Tops da Vaneira e André e Daniel, 16h, no Matrix, **Rio Branco**. Ing.: Grátis até 18h.
- **"PAGOFUNK DO JJ"** – Muleke 027, Nesse Clima e DJs Pedro Schmid e Yuri de VV, 22h, no Correria Music Bar, **Praia de Itaparica**. Clas.: 18. Ing.: Homem paga R$ 30 e mulher entra de graça.
- **"CHEERS OF THE SAMBA"** – Lleon, SambAdm e Glauco, 17h, no Repique Samba Lounge, **Praia de Camburi**. Ing.: Com lista, via Instagram @repiquevix, R$ 30 até 19h.
- **"DEIXA EM OFF"** – Frazão e convidados, 20h, no Gordinho **Praia do Canto**. Clas.: 18. Ing.: R$ 30 (Pista) e R$ 50 (VIP). Grátis até 22h.
- **"MIGUÉ DE DOMINGO"** – Grupos Curtição e Pedala Samba, 16h, no Migué Botequim, **Tucum**. Ing.: R$ 20. Mulher entra de graça até 18h.
- **"MANGUE FUZZ"** – Com as bandas Blackslug e Luto, 20h, no Pub 426, **Praia do Canto**. Grátis.
- **"QUINTAL DO DEFUMES"** – **D'MOLEQUE**, Samba Crioulo e DJ Laion, 12h, no Defume's, em **Jardim Marilândia**. Ing.: R$ 10.

Para ouvir

- **SAMBA DO NILL** – Samba. 13h, no Bar 426, **Jardim Camburi**.
- **BÁRBARA GRECO** – Brasilidades. 12h, no restaurante A Oca, **centro de Vitória**.
- **CORTA-JACA** – Samba. 13h, no Brizz, **Enseada do Suá**.
- **DOCE CADÊNCIA** – Samba. 15h, no Bar do Paulista, **Morada de Laranjeiras**.
- **BEAT CLUB** – Hits dos Beatles. 17h, no Pub 426, **Praia do Canto**.
- **BRUNO OLIVEIRA** – Variado. 14h, no Flammes Bar, **Curva da Jurema**.
- **SAMBA HD** – Pagode. 16h, na Arena Bar, **Praia do Canto**.
- **NANO VIANNA** – Pop rock. 12h, dentro do "Praia Sem Freio", que rola atrás do Bob's da **Praia do Canto**.
- **VITU LOCATELLI** – Variado. 18h, no Barteliê Gastrolounge, **Jardim da Penha**.
- **RODRIGO TRISTÃO** – Variado. 12h30, no Quiosque Gaivota, **Camburi**.

Para dançar

- **JOTTA E KAWZ** – Eletrônico. 14h, no Épico Beach Bar, **Curva da Jurema**.
- **PREFIXO 27 E SEM MEDIDA** – Samba. 17h, no Arpoador Gastrobar, **Colina de Laranjeiras**.

Criança

- **NAVE PLANETÁRIA** – Primeiro planetário móvel totalmente digital do Brasil com exibição de filmes. Até 30 de março, no Shopping **Praia da Costa**. Hoje, das 11h às 21h, sendo a última sessão iniciando às 20h20. Ing.: gratuitos, com retirada através do aplicativo do shopping.
- **MUSEU DAS ILUSÕES** – Com mais de 90 instalações reunindo um acervo único de ilusões de ótica, no Shopping Vila Velha, **centro de Vila Velha**. Hoje, das 12h às 21h. Valor: R$ 40 (meia). Acima de três pessoas, todos pagam meia-entrada. Ingressos à venda na bilheteria e site Sympla.
- **"WOW PARK"** – Hoje, das 11 às 21h, no Shopping **Praia da Costa**. Ing. (meia): 50 minutos a R$ 59,90 ou 30 minutos a R$ 49,90.
- **VILA PARQUE BOLICHE** – Hoje, das 12h à meia-noite. No Shopping Mestre Álvaro, **Eurico Salles**, Serra. Valor: R$ 129,90 (1 hora de boliche).
- **"ALADDIN"** – Espetáculo infantil, 15h e 16h, no Shopping **Praia da Costa**. Ing.: Gratuito, com retirada de ingresso por meio do aplicativo do shopping.
- **DIVERSÃO NA PRAÇA** – Recreação infantil gratuita com brincadeiras e oficinas. Das 17h às 20h, no Shopping **Praia da Costa**. Grátis.
- **"OS TRÊS PORQUINHOS"** – Peça infantil, 17h, no Espaço Diversão do Mestre, Piso L2 do Shopping Mestre Álvaro, **Eurico Salles**, Serra. Ing.: Gratuito, com inscrições pelas redes sociais do shopping ou pelo link: acesse.one/ingressosteatro.
- **"A PEQUENA SEREIA"** – Peça infantil domingo, 17h, no Teatro Campaneli, **Enseada do Suá**. Ing.: R$ 30 (meia). Venda: sympla.com.br.

Especial

- **"JORNADA DOS SABORES: EDIÇÃO SORVETES"** – Até 23 de março, clientes poderão saborear sorvetes, milkshakes e sobremesas geladas por um preço fixo de R$ 19,90, no Shopping Vila Velha, **centro de Vila Velha**. Lojas participantes: Milky Moo, Bob's, Mr. Cheney, Chiquinho, Coelhinho, Bacio Di Latte, Johnny Joy, Vittal, Calebito e Vila do Açaí.

Concurso

- **32º FESTIVAL DE CINEMA DE VITÓRIA** – Realizadores de todo o Brasil podem se inscrever gratuitamente pelo site festivaldevitoria.com.br, até 14 de março, às 17h59.

ARQUIVO AT

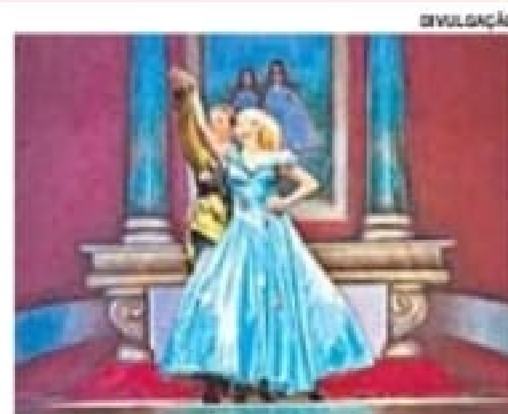


Samba com campeã

Campeã do Grupo Especial do Carnaval de Vitória 2025, a escola de samba Independente de Boa Vista se apresenta hoje, às 13h, no Parque Aberto no Parque Cultural da Casa do Governador, **Praia da Costa**. SambaJu agita o público às 11h30.

O evento acontece das 8h às 15h, com último acesso às 14 horas, e tem entrada gratuita. Os ingressos podem ser retirados na plataforma Inti.

DIVULGAÇÃO



Cinderela nos palcos

O clássico conto de fadas "Cinderela" ganha nova versão, assinada pelo ator e diretor Luzivam Dourado. A adaptação teatral tem sessão única hoje, às 17h, no Teatro Universitário da Ufes, em **Goiabeiras**.

Ing. (meia): Plateia A e B a R$ 50 e Mezanino a R$ 40. Vendas: Site lebillet.com.br. Clas.: Livre.

ARQUIVO/AT



Palhaços e mais

Com palhaços, homem-bala e até globo da morte com 6 motos, o Circo Portugal Internacional segue no Shopping Vila Velha, **centro de Vila Velha**.

Funcionamento: De terça a sexta, às 20h. Sábado, domingo e feriados: 15h, 17h30 e às 20h. Ing.: A partir de R$ 30 (Lateral/meia). Venda: circoportugal.com.

INSTAGRAM



Aquecimento!

Hoje é dia de aquecimento para o show do Mumuzinho, marcado para o próximo dia 15. O "esquenta" acontece dentro da festa "É Tudo Pagode", com apresentações de Leqsamba, Andin Soares (foto) e DJ Leandro Netto. Será às 15h, no Seu Joaquim Bar, **Praia do Canto**. Ing.: Grátis até 17h.

Eufrázio

AT2

Gabriela Brown canta suas idas e vindas de Vitória

Flávio Carvalho

Os dilemas e anseios de quem vive na ponte aérea entre a paradisíaca ilha de Vitória e o caos urbano de São Paulo estão expostos em "Beleza Americana", novo EP autobiográfico da cantora Gabriela Brown.

"Fala muito do ir e vir da ilha, de ficar e de tolerar e gostar. Às vezes, das mazelas que isso envolve. Então, é muito sobre essa jornada de quem nunca está no mesmo lugar, geograficamente falando e emocionalmente também", conta, ao **AT2**.

Misturando o soul brasileiro dos anos 70 com influências latinas e contemporâneas, o projeto apresenta seis faixas inéditas e autorais, algumas delas escritas durante a pandemia. "O álbum faz uma conexão entre o som brasileiro e a sonoridade da América, explorando influências de diversas vertentes da música americana", explica.

O EP tem início poderoso e contagiante com "Se Você Não For", que carrega o contrabaixo de Rodolfo Simor e produção de 6ok, e termina com o jazz "Capa de Vinil". Destaque para o bolero "Um Fim de Cinema" e a sensual "Queima", que foi produzida por Natália Ferlin, engenheira de som da carioca Iza, e Douglas Moda, produtor da estrela pop Luísa Sonza.

"Estamos produzindo um videoclipe para 'Queima' e 'Um Fim de Cinema', que vai ser dirigido pelo Junior Batista e vai ter um formato quase de um curta-metragem. Um vai introduzir o outro. Futuramente, vamos fazer visualizers para as faixas", conta Gabriela, que, recentemente, lançou "Água de Coco", uma canção em parceria com Alinne Garruth.

DIVULGAÇÃO

GABRIELA lançou "Beleza Americana" com músicas que terão videoclipes

Sudoku (Passatempos de lógica)

Complete cada tabuleiro de nove quadrados preenchendo os espaços vazios com números de 1 a 9, de modo que eles não se repitam em nenhuma fileira vertical nem horizontal nem em cada grupo de quadrados.

4			8					5
	3	9						
				9		4		7
	2	7	3		6			4
			7		4			6
	8				9	3	7	
5			2	6				3
7	4			1				8
8		3	4			1	2	9

4	7	6	8	3	1	2	9	5
2	3	9	5	4	7	8	6	1
1	5	8	6	9	2	4	3	7
9	2	7	3	8	6	5	1	4
3	1	5	7	2	4	9	8	6
6	8	4	1	5	9	3	7	2
5	9	1	2	6	8	7	4	3
7	4	2	9	1	3	6	5	8
8	6	3	4	7	5	1	2	9

Compre pelo site arecreativa.com.br

Ou pelo telefone 0800 035 1422

Horóscopo

POR: Personare

Áries 21/03 a 20/04
Cuide do seu bem-estar e das tarefas diárias. Demonstre empatia ao lidar com grupos, pois a Lua segue em sintonia com Vênus.

Touro 21/04 a 20/05
Sua postura firme se destaca, ajudando a defender interesses e fortalecer relações. Valorize o conforto emocional nos relacionamentos.

Gêmeos 21/05 a 20/06
Lua e Marte trazem energia e disciplina, favorecendo seus planos. Use seu carisma para manter boas relações neste momento.

Câncer 21/06 a 22/07
Sua habilidade de liderança cresce, fortalecendo laços de confiança. A criatividade pode ser um ponto forte na vida material.

Leão 23/07 a 22/08
Sua persistência e visão estratégica se intensificam, ajudando na superação de desafios. A autoconfiança cresce com a Lua em seu signo.

Virgem 23/08 a 22/09
Compromisso e senso de união fortalecem suas relações em grupo. Momentos de reflexão emocional podem ser bastante valiosos.

Libra 23/09 a 22/10
Competitividade em alta, mas evite impulsividade nos relacionamentos. Valorize a cooperação e o respeito mútuo nas interações.

Escorpião 23/10 a 21/11
Sua determinação favorece interesses imediatos e metas futuras. Preserve uma boa reputação, pois a Lua segue alinhada a Vênus.

Sagitário 22/11 a 21/12
Seus instintos se intensificam, mas direcione suas ações com consciência. Encare os desafios com otimismo e clareza neste momento.

Capricórnio 22/12 a 20/01
O trabalho em equipe ganha força, mas escolha bem suas parcerias. Busque renovação e equilíbrio emocional neste momento.

Aquário 21/01 a 19/02
O dia fica mais produtivo com um planejamento eficiente. Busque se conectar de forma positiva com quem está ao seu redor.

Peixes 20/02 a 20/03
O ambiente social se mostra cheio de energia e dinâmico, mas selecione bem suas interações. A criatividade torna a rotina mais leve.

Diretas (Palavras Cruzadas Diretas)

WWW.COQUETEL.COM.BR · © REVISTAS COQUETEL 2016 · PUBLICAÇÃO AUTORIZADA POR REVISTAS COQUETEL

- Miguel Falabella, em "Sai de Baixo"
- Gatuna
- Tipos de vegetação do Brasil
- Local de exame clínico de pacientes
- Amofinação
- Possuído
- Agressão comum em distúrbios de rua
- (?) Cube, rapper
- Dançado
- Ocupa 90% do território da Argélia
- Avariada
- Ferramenta para alisar superfícies
- Mamífero de forte carapaça
- Lavatório
- Altar-(?), mesa da igreja
- Casa
- Erupção contagiosa da pele
- "(?) e Um Dálmatas", filme da Disney
- Ilustríssimo (abrev.)
- Fama
- "(?) uma!": expressa espanto
- 45º vice-presidente dos EUA (2001)
- (?) limonada: refrigerante
- Canção de Rita Lee
- Caça de fabricação ítalo-brasileira
- Sufixo de "aéreo"
- Orelha, em inglês
- Tolo; idiota
- Unidade de venda de brincos
- Cidade portuária fluminense
- (?) de transporte: trem e ônibus
- Esporte olímpico de Fabiana Beltrame
- Saída, em inglês
- Oeste (abrev.)
- Fantasiose; imaginário
- Relatório trabalhista (sigla)
- Irritar
- Peça do jogo de gamão
- Adepto do tantra
- Prefixo de "apogeu"
- Fazer acréscimo
- Ricardo Teixeira, dirigente esportivo
- Roentgen (símbolo)
- Operação de transferência de fundos
- À (?): ao acaso
- Cachaça (bras.)
- Monograma de "Edsen"
- Obra de Aluísio de Azevedo (Lit.)

BANCO 3/ear — ico. 4/exit — rais. 5/logue — ladra — saara. 6/al gore. 7/itaguaí — pedrada.

47

Solução

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA

#FaçaCoquetel /editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA!

www.coquetel.com.br

SOCIAL



POR THAMA BOLDRINI

social@redetribuna.com.br

Mês da Mulher

Ano após ano, as mulheres têm se destacado no mercado de trabalho formal capixaba.

Dados da Relação Anual de Informações Sociais (Rais) de 2023, levantamento das empresas solicitado pelo governo federal, aponta que a ala feminina representa 44,19% dos postos com carteira assinada no Espírito Santo, alcançando um total de 479.623 empregos formais.

* * *

Até quando?

Apesar de todos os avanços da tecnologia, ainda há muitos desafios para garantir um ambiente digital mais diverso e seguro.

Formas de violência virtual, como o cyberstalking (perseguição pelas redes sociais), o doxxing (divulgação de dados pessoais, como endereço) e, mais recentemente, a pornografia deepfake, demonstram a vulnerabilidade de meninas e de mulheres no ambiente digital e, também, a dificuldade da legislação em acompanhar o avanço da tecnologia, criando mecanismos protetivos.

DIVULGAÇÃO



ANA Julia Teixeira desfilando a beleza em Paris

Conscientização ambiental

A campanha ecológica "Ecolé: feito por você!", realizada pelo Instituto Últimos Refúgios entre janeiro e fevereiro nas praias da Ilha do Frade, Guarderia e Curva da Jurema, alcançou em torno de 1.900 banhistas com a mensagem da importância de conservar o ambiente praial limpo, destinando adequadamente o lixo ali gerado. Segundo Raphael Gaspar, diretor de Projetos do Instituto, "a iniciativa de conscientização com tom humorístico, na qual atores vendem picolés, petiscos e sucos feitos com canudos, tampinhas, guimbas de cigarro e sacolas recolhidos da areia, foi acertada".

Sunset delas

Acontece, no próximo dia 18, na Praia da Costa, o "Sunset Mulher", imersão ao universo feminino que vai reunir no mesmo espaço música, teatro, literatura, entre outras expressões artísticas.

No evento, a advogada e escritora Marcela Guimarães Neves vai apresentar a palestra "Poemas de Arrebol: novos ciclos". A anfitriã será a fotógrafa Fernanda Ribeiro.



CAROLINA Caser desfilou na diretoria da Portela na Marquês de Sapucaí, Rio de Janeiro

DIVULGAÇÃO



OS MAQUIADORES Patrick Ta e Glauber Saibert no Alto da Vista, Rio de Jeneiro

TERMÔMETRO



IN

O ANO COMEÇOU APÓS O CARNAVAL



OUT

CONGESTIONAMENTOS

* * *

DIVULGAÇÃO



CECILIA Zon e Samuel Mucida



ADIEL Garcia e Lorenzzo Liparizi em festa no Copacabana Palace



JANAÍNA Gurgel e Joana Barbosa em evento do Dia da Mulher

Quem disse?

"Ninguém tem que nada". Da atriz Agatha Moreira.

Felicidades!

Os parabéns da coluna aos aniversariantes de hoje: André Hees de Carvalho, Armando Bortoluzzi e Paula Deps.

Vitrine



A ADVOGADA Bruna de Aquino e o marido Eliakim Stutz na Itália.

* * *

A EMPRESÁRIA e musa da Boa Vista Aline Bianca (in memorian) será homenageada hoje com a inauguração de uma ciclovia que levará o seu nome, na Serra.

* * *

A ORLA de Camburi vai reunir, hoje, advogados, engenheiros e a comunidade em programação voltada para o bem-estar e a saúde. Promovido pela Caixa de Assistência dos Advogados do Espírito Santo (CAAES) e a OAB-ES, por meio da Comissão da Mulher Advogada, com correalização da Mútua e apoio da Prefeitura de Vitória, o Acelera CAAES – Especial Mês das Mulheres promete movimentar o público desde as primeiras horas do dia.

* * *

O APRESENTADOR e ator Marco Luque retorna aos palcos com releitura de seus personagens icônicos e amados, no novo show "É disso que eu to falando". Vitória será uma das primeiras capitais a receber o espetáculo, nos dias 15 e 16 de março, no Teatro da Ufes.

* * *

O BALNEÁRIO de Iriri, em Anchieta, recebe, entre os dias 28 e 30 de março, a terceira edição do Festival Arte com Moqueca e da Feira do Empreendedor. Os eventos, que movimentam a cena cultural e econômica da região, terão programação gratuita. O cantor Kaio Sequim fará o show de abertura.

* * *

E VIDA que segue!

Eufrázio

POP . ZAP

“Livro mudou relação com minha mãe”

O que pode mudar a relação de uma mãe e filha? Para a cantora Anitta, 31, foi um livro! A artista revelou que ler “Uma Nova Mulher – Curando a Conexão Mãe e Filha", de Lari Pedrosa, foi um divisor de águas em sua relação com Miriam Macedo, 60.

“Eu li esse livro no ano passado e ele mudou a minha vida e a minha relação com a minha mãe. É uma coisa absurda", desabafou a cantora em uma sequência de vídeos no Instagram.

“Minha relação com a minha mãe é maravilhosa hoje em dia, mas nunca foi uma relação horrível. Era uma coisa que muitas pessoas têm de querer que os pais sejam exatamente da forma que a gente almeja, e não é assim. Antes da nossa mãe ser nossa mãe, ela é filha de alguém. Hoje em dia, tenho isso muito claro e a forma como ela me criou fez eu ser a pessoa que sou hoje", afirmou.

O livro, de Lari Pedrosa, foca na complexa relação entre mães e filhas, através de histórias reais, reflexões e técnicas terapêuticas baseadas na Constelação Familiar de Bert Hellinger.

Quando soube da experiência de Anitta com seu livro, Lari ficou emocionada. “A menina olha para a mãe com os olhos de quem anseia por pertencimento. Em cada gesto, busca um sinal de aceitação, um reflexo de si naquele olhar materno", explicou a autora.

DIVULGAÇÃO



MIRIAM Macedo e a filha Anitta vivem um relacionamento melhor

INSTAGRAM



Feminista

Aos 97 anos, a atriz Laura Cardoso disse ser feminista desde criança. Para ela, o cenário atual melhorou: "Finalmente, as mulheres estão sendo valorizadas e reconhecidas". Mas ela não se satisfaz: "Gostaria de ver mais respeito pela mulher. Respeito pelo que somos, pelo que representamos e por tudo que batalhamos"."

Mais corajoso

O ator Leonârdo Miggiorin, de 43 anos de idade e 23 de carreira, comemora a maturidade. "Mudei como pessoa. Um artista só muda em cena se ele se transformar como pessoa. Hoje sou mais corajoso e ainda mais empático", diz.

INSTAGRAM



Bem longe da ex

Tom Brady resolveu não morar perto da ex-esposa, Gisele Bündchen, que vive romance com o treinador de jiu-jitsu Joaquim Valente, pai de seu terceiro filho. Segundo o Radar Online, Brady colocou sua mansão à venda para evitar ser vizinho da top model. A propriedade, de mais de R$ 800 milhões, fica em frente à casa dela.

DIVULGAÇÃO



O carnaval acabou... mas sua pele ainda está sentindo os efeitos da folia?

Excesso de sol, maquiagem, glitter e noites intensas, cansaço que deixam marcas na sua pele.. mas calma! A sua pele merece um cuidado especial e ela não precisa pagar o preço!

Existem excelentes tratamentos e tecnologias a seu favor como o Laser Erbium, Laser Vektra, Ultraformer MPT, Tecnologia de Plasma, Mesojectgun, PDRN, bioestimuladores de colágeno, bioremodeladores celulares e muito mais!

Campanha por tempo limitado e condições especiais pós-Carnaval! **Agende a sua consulta e conheça mais!**



Dra. Renata Melo
MÉDICA • CRM 7275

@drarenata.melo
@drarenatademelo
drarenatamelo.com.br
(27) 3315-9097
(27) 99868-7898
Rua Joaquim Lírio, 820, The Point Plaza Shopping, Praia do Canto , Vitória - ES